如何渡过人生长河

江 抒 著

電子工業出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容
版权所有，侵权必究

图书在版编目（CIP）数据

如何渡过人生长河 / 江抒著. —北京：电子工业出版社，2018.10

ISBN 978-7-121-35172-3

Ⅰ. ①如… Ⅱ. ①江… Ⅲ. ①成功心理－通俗读物 Ⅳ. ① B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第230316号

策划编辑：潘　炜
责任编辑：潘　炜
文字编辑：杜　皎
营销编辑：胡　晔
印　　刷：
装　　订：
出版发行：电子工业出版社
　　北京市海淀区万寿路173信箱　　邮编：100036
开　　本：720×1000　1/16　印张：19　字数：175千字
版　　次：2018年10月第1版
印　　次：2018年10月第1次印刷
定　　价：198.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888，88258888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：010-88254210，influence@phei.com.cn，微信号：yingxianglibook。

关于作者



江抒，北京九奔科技发展有限公司总经理，北京九奔欧洲名车技术研究中心总工程师。毕业于重庆大学汽车工程学院，地地道道的理工男。

由于公司业务涉及技术、服务、营销和管理，加之作者天生具有人文情怀，人生经历从南到北，所以他常常在自然科学和社会科学间游走。这两个学科特点不同，一个具体、一个抽象，貌似两条平行线，但在某处定会相交，科技之理和人生之道就是这个交点。人生如果能有幸得到这个交点，技术能开窍、人生能领悟，将是一件很开心的事情。

一个技术工程师，是如何跨越做一个灵魂工程师的？那么，就来看看工科生写人生吧。

自 序

人生的本质是生命，生命是由生活和工作组成的。如何生活、如何工作，这并不是一件很简单的事情。规划好了，人生变得很有乐趣，真的还想再活五百年；规划不好，人生索然无味，都不想熬过当天晚上。

本书意在帮助困惑和迷茫的人们感知世界、认清自我、发现人生的价值和意义，从而树立目标、寻找方法、积极努力地追逐人生的成功，并把幸福牢牢抓在自己手里。而在把自己的事情做好的同时，又能与他人及世界和平共处，这将是人生最大的价值。

老子的《道德经》可称为中国哲学的经典之作，但很多朋友都觉

得它深奥难懂。我也正想趁机在书中尽量引用，来普及和向这部伟大的国学经典致敬，这样的智慧被掩盖光芒实在可惜。

《道德经》里说：“企者不立，跨者不行。”我一直觉得人生够不着的状态很难受，老百姓在圣人文化的教育下很可能就会处于这种状态。所以，本书尽量不谈过高之理，不说架空之话。

“清凉油抹皮肤”，不能真正解决问题。本书还将直击人性之恶，以一种将人狠狠戳倒在地，再将人慢慢扶起的疗伤方式进行构思，凤凰涅槃，浴火重生。

今天给大家写这些内容，我想我的优势大概在于：在多年生活和事业的路途中，敏感的性格给我带来了许多刻骨铭心的或快乐或痛苦的经历，而这一特质相伴随的敏锐感觉却又能很好地捕捉和总结这些经历，最后提炼成人生中的一些道理。

改变小思想，成就大人生。这就是我写此书的动机和目的。

我希望用朴实无华的文字，呈现自然生命的真实，帮助人们认知和达成天人合一的人生理想；也希望用辩证的哲学思维，阐述并践行天地人道，帮助人们认知和达成知行合一的人生境界。

我还希望用诗情画意的语境，描写无处不在的生活之美，帮助人

们认知和达成情景合一的人生追求。

由于水平有限，这也许最终只能是自己的一个想法，但这并不妨碍我对本书的意义满怀期待。

是为序！

江抒写于2018年春

阅读温馨提示

亲爱的读者：

本书的整体构思在目录中会体现出来。它的逻辑顺序依次是：“第二章 熟知世界 了解社会”“第三章 熟知人类 知晓人性”“第四章 熟知自我 绽放自我”“第五章 熟知他人 相融共生”“第六章 不辜负生命的本意”“第七章 如何渡过人生长河”。

第一章“万物之道”讲述的是客观世界普遍的规律性，第八章“人生哲学与辩证法”论证的是人生要多用辩证的眼光看问题，这两章是如何渡过人生长河很重要的技巧和方法。

如果您在阅读第一章的时候有一些不习惯，或者感觉还没有抓到本书的主线，建议您从第二章开始阅读，这样也许结构感会更清晰一些。

您在阅读过程中有什么问题或者阅读之后有什么感想，欢迎扫描下方的微信二维码和我联系，我将非常高兴与您沟通。

感谢您的阅读！



（扫描二维码）

敬请批评指正

一起探讨人生

为您排疑解惑

目录

第一章 万物之道

万物之道 003
一花一世界，一树一菩提 006
阴阳之道 009
祸兮福所倚，福兮祸所伏 012
中庸之道 015
过犹不及，欲速不达 018
人生轨迹是波浪 021
灿烂至极归于平淡 024
置之死地而后生 027
任何事情都有一个过程 030
一江春水向东流 033
人不能两次踏进同一条河流 036
天人合一，知行合一，情景合一 039

第二章　熟知世界　了解社会

自然和社会 045
理想的世界，现实的江湖 048
符合社会主流价值观 051
苟且和远方 054
生存与发展 057
世界利益论 060
既得利益者和利益受损者 063

第三章　熟知人类　知晓人性

熟知人类 069
表里不一之人 072
趋利避害之人 075
小善大恶之人 079
人性在于管理 082
仓廪实而知礼节，衣食足而知荣辱 086
马斯洛的人类需求层次 089

第四章　熟知自我　绽放自我

认识你自己 095
独一无二的自我 098

真实的自我 101
独立的自我 104
不在乎别人的自我 107
不取悦他人的自我 112
自信人生二百年 115
接受缺点，发挥优势的自我 119
自我欣赏的自我 122
不抱怨的自我 125

第五章 熟知他人 相融共生

世界姹紫嫣红，人们千姿百态 131
中西方世界差异 134
中国南北人不同 138
你以为的不一定是你以为的 141
任何人都有局限性 144
换位思考 148
我是他人眼中的他，他人是他眼中的我 152
我与众人共分天下 155

第六章 不辜负生命的本意

怒放的生命 161

生命的意义是享受生命 164
享受人间真爱 167
享受生活之美 171
享受兴趣所在 174
享受人生幽默 177
享受生命而不放纵生命 181

第七章 如何渡过人生长河

如何渡过人生长河 187
了解生活之实，承认生活之苦 191
寻找人生动力 194
尽快进入良性循环 197
人生不要落入绝望境地 201
观念、思维、行为、习惯、性格、命运 204
养成好习惯，习惯成自然 207
九型人格 210
粗线条和细线条 213
江山易改，本性难移 216
先天性格后天改造 219
尽人事而听天命 222
深入浅出的人生 225

活得明白，难得糊涂 228

第八章 人生哲学与辩证法

人生哲学与辩证法 235
正言若反 238
咬人的狗不叫，叫的狗不咬人 241
表现与背景，表现与条件 244
个人与环境 247
素质与资源 250
物质与精神 253
工作与生活 256
无法完美，无须完美 259
完美与速度 263
压力与压强 266
内在超越与外在超越 269
纵马驰骋也需适时叫停 272
正面进攻和侧面突围 275
人生极其公平 278
人生相对论 281

后记 285

第一章 万物之道

万物之道

晚清重臣曾国藩曾经一度相当苦闷。为朝廷镇压太平军，地方官僚不配合；历经几次跳河求死的千难万险后战争形势终于好转，咸丰皇帝用人疑人，过河拆桥，竟然顺水推舟地罢免了他。这令曾国藩很绝望。一位道长给他推荐了老子、庄子的书籍，他读后茅塞顿开，豁然开朗。春风化雨般的人生大道，使他就此解开心结，人生境界也从此升华。

老子、庄子书籍里面所阐述的，就是一种道的思想。

道家始祖老子的《道德经》是一部哲学经典。里面有两句话代表他最核心的思想，他的所有观点都是由此衍生和发展的。

《道德经》第四十二章："道生一，一生二，二生三，三生万物。"

以此推理出道生万物。

《道德经》第二十五章：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”道就是自然规律。

所以，万物之道，指的就是天、地、人等宇宙万物遵循的自然规律。

李白也在他的诗中写道：“草不谢荣于春风，木不怨落于秋天，谁挥鞭策驱四运，万物兴歇皆自然。”这里的自然指的就是万物之道。

“天下大势，浩浩汤汤，顺之者昌，逆之者亡。”孙中山这句振聋发聩的演讲词就蕴藏着万物之道。做人、做事要顺势而为，顺其自然，不然就不能合情合理，游刃有余。这就如同大禹治水，要因势利导，而不能围追堵截。

世界有太多的未知，人类有太多的疑惑。我们对它们的认知有的从经历而来，有的从明白事理而来。而如果每一件事都要通过经历才能知晓，显然人生没有效率，我们不可能参透人生再回来生活。《道德经》第二十一章写道：“吾何以知众甫之然哉？以此。”翻译的意思就是：我是怎么了解万物的情况的，是通过道。这恐怕也是老子最得意的地方：见微知著、窥一斑而见全豹、一叶落而知天下秋。他认为懂得了

道，很多事情就可以通过分析规律推理出来。所以，《道德经》的第四十七章又说道：“不出户，知天下，不窥牖，见天道。”

要开启明白的人生，我们就要知万物之道。

知万物之道，就是掌握事物的原理和规律，挖掘内部蕴藏的道理。它是一种开启生命的行为，能帮助我们对生命的领悟，能简化和理顺我们的人生。领悟之后就会有一种找到自我、获取新生的感觉。

知万物之道，才能享智慧人生。若探索至此，生命意味着虽艰难却不迷茫。

当然，知万物之道对于我们来说，并不是生命的全部。如果我们不知道，生命将没有智慧；如果我们光知道而不行道，生命将没有力量；如果我们光行道而不享道，生命将没有意义。知道、行道、享道应该完整地结合起来。

所以，人生就是一个知万物之道、行万物之道、享万物之道的过程，如果行有余力，再施万物之道，以惠及芸芸众生。

一花一世界，
一树一菩提

佛教有这么一个故事：佛在灵山，众人问法。佛不说话，随手拿起一朵金婆罗花示之。众弟子不解，只有迦叶尊者破颜微笑。他悟出道来了。宇宙间的奥秘，不过就在一朵寻常的花中。

这就是佛家的一花一世界。被称为尘世中所领悟出的最高境界的一句话：一朵花就是一个世界，道就潜藏在每一朵花里面。

道生万物而又内在于万物，万物皆有道，道就潜藏在万物之中。任何庞然大物，都是万物之一；任何细节微末，也是万物之一。事物无论大小，都是麻雀虽小五脏俱全，里面蕴藏着大道，包含着哲理。庄子甚至玩笑而又认真地说：“道在屎尿。”

中国还有一句俗话：隔行如隔山，隔行不隔理。说的意思就是，道理都是相同相通，都要遵循万物之道。

在中华传统文化中，很早就提出在物中找道的理论。

中国人非常熟悉的“修身，齐家，治国，平天下”，这是圣人的理想，也是凡夫俗子追求的最高目标，出自《礼记·大学》。书中提出了著名的八目：“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。”这里面包含了一个简单的逻辑：要想修身、齐家、治国、平天下，就要格物、致知、诚意、正心。书中的解释是：“欲诚其意者，先致其知；致知在格物，物格而后知至，知至而后意诚。”

这就是“格物致知”的由来。南宋理学家朱熹也提出“格物穷理”的概念，明代心学家王阳明更是有“格”竹子的经典故事。

格物致知并不是玄之又玄的事情，它的理论依据就是一花一世界。通过观察单个事物的特点，找出万事万物共同的规律。若能将万物归于一理，最后出现互相通透的局面，则人生大悟，这就是悟道。

悟道不是圣人的专利，凡夫俗子皆有可能；悟道也不拘形式，它并不是只有参禅打坐才能够实现。因为道无处不在，它藏身于万物，来自工作和生活。我们只需要就地取材、用心体会，就可以找到它，

就可以了解它。然后，我们用它反哺工作和生活，则工作和生活就变得简单轻松了，处理事情也就能游刃有余了。

佛教《梵网经》里面写道：“卢舍那佛坐千叶大莲花中，化出千尊释迦佛，各居千叶世界中。其中每一叶世界的释迦佛，又化出百亿释迦佛，坐菩提树。”

这就是佛家的一树一菩提，菩提就是得道者。它的意思就是，每一片树叶都能成佛，所以一树都可以是得道者。

所以，只要用心生活，从万物之中提炼出素材，我们也能做一个菩提，也能做一个悟道者。悟道者的生活是轻松和豁达的。

万物皆有道，人人能悟道。一花一世界，一树一菩提。

阴阳之道

一个朋友要去欧洲某个小国，我一看地图，惊讶它那么远。他跟我说，飞机是从你看的背面飞，背面就没那么远。

我一下子想起了阴阳之道，也想起了老子在《道德经》里面所说的“人法地，地法天，天法道，道法自然”的经典语句。

地球是圆的，沿着一个方向走会越走越远，但最终会越来越近，因为沿反方向就会更靠近起点。这个结构特点似乎决定了生活在它上面的人和事物也遵循同样的规律——阴阳之道。

一阴一阳谓之道。

《易经》被称为群经之首，是中华文明的源头、中国哲学的基础，

诸子百家的思想都是从这里启蒙发展的。而一阴一阳的概念，正是《易经》构建理论体系的基本元素。

万事万物都是一体两面，一阴一阳如影随形。孤阴不生，独阳不长，阴中有阳，阳中有阴，并且阴阳互动，阴极成阳，阳极成阴，最终阴阳合一。

老子在《道德经》第四十二章写道："万物负阴而抱阳，冲气以为和。"意思是，万物都有阴阳两面，怀抱着阳而背对着阴，阴阳调和才能成一统，才能和谐。

老子又在《道德经》第二章写道："天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。"

这些都是阴阳相对的概念。意思是说：天下有美的概念，丑也就形成了；有善的概念，恶也就形成了。所以，有和无、难和易、长和短、高和下、音和声、前和后都是同时产生的。

为什么说有这个优点的人必定有那个缺点，有这个缺点的人必定有那个优点？这其实并不是上帝公平分配的问题，而是因为事物有阴阳，优点背后就是缺点，缺点背后就是优点。所以，优点也是缺点，

缺点也是优点。有的人的性格特点导致“成也萧何，败也萧何”，其实就说明了这个道理。

整体观、两方面就是阴阳之道的核心思想：正面不是全面，还有反面；表象不是整体，还有本质；现在不是一切，还有将来；一时不是所有，还有一世。

所以，好事里面隐藏着坏事，坏事里面又夹杂着好事。事物不是单一静止的，而是复杂变化的，是阴阳的统一体，是矛盾的统一体。

阴阳之道和现代引领着世界潮流的计算机语言二进制的0和1有着异曲同工之妙，社会科学和自然科学就这样在这里交汇了。0和1创造构成了电子世界，有了它，人类和科技发生了天翻地覆的改变。阴和阳这两个元素也是人类社会的构建基础，最典型的例证和应用就是男人和女人，其重要性大家也就可想而知了。

所以，人生应该重视阴阳之道，了解阴阳之道，看懂阴阳之道。人生应该处阳守阴，重视正面，也要重视反面。

祸兮福所倚，福兮祸所伏

中学课本里有一个引自西汉《淮南子·人间训》的成语故事：近塞上之人有善术者。马无故亡而入胡。人皆吊之，其父曰："此何遽不为福乎？"居数月，其马将胡骏马而归。人皆贺之，其父曰："此何遽不为祸乎？"家富良马，其子好骑，堕而折其髀。人皆吊之，其父曰："此何遽不为福乎？"居一年，胡人大入塞，丁壮者引弦而战，近塞之人，死者十九，此独以跛之故，父子相保。

翻译过来的意思是这样的：边塞有一个精通术数的人。他们家的马无缘无故跑到了胡人的地界。人们都前来慰问他，那个老人说："这怎么就不能是一件好事呢？"过了几个月，那匹马带着胡人的良马回来

了。人们都前来祝贺他们一家，那个老人说：“这怎么就不能是一件坏事呢？”他家中有很多好马，他的儿子喜欢骑马，结果从马上掉下来摔得大腿骨折。人们都前来安慰他们一家，那个老人说：“这怎么就不能是一件好事呢？”过了一年，胡人大举入侵边境一带，壮年男子都拿起弓箭去作战，靠近边境一带的人，绝大部分都死了，唯独老人的儿子因为腿瘸的缘故免于征战，父子得以保全生命。

这一大段文字描述的多个串联的跌宕反转的事件，都表明事情不能马上下结论、定祸福，最终都有可能不是表面所看到的结果。这就是“塞翁失马，焉知非福”成语的由来，也是阴阳之道的一个典型例证。老子在《道德经》第五十八章写道：“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。”书中说的就是这个道理。意思就是，坏事里面隐藏着好事，好事里面又潜伏着坏事，两者是阴阳辩证关系，是可以相互转化的。

所以，高兴时不要得意忘形，因为背后可能就有祸患；悲伤时也不要伤心绝望，因为马上可能就有希望。华人首富李嘉诚的人生哲学是：“好的时候不要看得太好，坏的时候也不要看得太坏。”无论是在经商的战场还是生活的领域，李嘉诚都秉持这种辩证思想，也因此成了人生的赢家。

宠辱不惊是一个人生很高的境界，很多人毕生都在追求。为什么参透人生的人能做到宠辱不惊，就是因为他懂得事物有阴阳，懂得“福兮祸所伏，祸兮福所倚”的道理，因而总是能将事情一分为二来看，不会肤浅地只停留在事物的表面看问题，而是会透过现象看本质。

懂得一时不是永远、局部不是整体，目光就能长远，看问题就能客观而不片面。建立全局和长远观念就不会让你一时宠辱皆惊。

“祸兮福所倚，福兮祸所伏”，懂得了这个道理，人生就能更豁达一些。

中庸之道

去年我岳父生病住ICU的时候，大夫说不能天天靠输液，买点“养乐多”练练胃，不然胃功能就退化了。人体功能不用会退化，但过度使用、成天吃饱喝撑，胃功能就会过度损耗而退化，所以需要取得平衡。

一阴一阳谓之道，在阴和阳之间取得平衡叫作中庸之道。中庸之道出自《论语·庸也》，指的是不偏不倚、折中调和的处理方式。

老子《道德经》的第四十二章写道：“万物负阴而抱阳，冲气以为和。”这里的“和”就有点中庸之道的意思。

中庸不是保守，而是平衡，是人生中非常重要的哲学。任何事情

都只能取得平衡才会有好的效果。

偃武修文走极端，大宋王朝从此武功不振，留下个“靖康之耻”的千古悲剧；穷兵黩武走极端，汉武帝也使大汉王朝在他的晚年走向衰弱。

人生也一样，需要中庸与平衡。中国有很多话是描写中庸与平衡的，比如不卑不亢、过犹不及、欲速不达、光而不耀等。老子在《道德经》的第五章说道：“多言数穷，不如守中。”这里说的也是中庸之道。

新加坡前总理李光耀深深懂得：在政治上只有永远的利益，没有永远的朋友；国家交往不能吊死在一棵树上，小国外交尤其如此。所以，他搞的是平衡外交。这大概和他当年苦苦哀求马来西亚不要放弃新加坡，但新加坡还是被舍弃这段让他落泪的经历有关。平衡外交让新加坡在国际上获得了一席之地。

事情都有阴阳正反两面。正是基于这个特点，我们要在一个点上、一个度上取得平衡，人生的技巧就在于掌握点、把握度。凡事都有度，不可不认真，也不可太认真；不可不理解，也不可太理解；不可不民主，也不可太民主；不能不换位思考，也不能全换位思考；压力不能太小，也不能太大。过分强调信誉而失去原则不是好现象，过分提供

服务而迁就对方也不行。

人生要知分寸，掌火候，懂进退。一张一弛，文武之道，生活永远在平衡之中。人生需要掌握中庸之道，掌握各种平衡技巧。

喜欢抬头看世界的人请低头看世界，喜欢低头看世界的人请抬头看世界。平视这世界就是一种中庸和平衡。强硬的人不会柔软，柔软的人不会强硬，都不是好事。只有有柔有刚、刚柔相济才是正确的人生态度。

不失时机地亮剑最好，亮剑晚了不赶趟了，提前亮剑可能会遭遇灭顶之灾。

话不能说太满，事不能做太绝，都要留余地。

不能不表达，也不能说太多，话说三句是咸盐，贵在咸淡正合适。

人生就要在理想与现实、兴趣与工作、速度与完美、短期目标与长期目标之间取得平衡。人生能做到的最高境界是，不多不少，刚刚好。

过犹不及，
欲速不达

我在这里以身说法，讲一个过犹不及、欲速不达的例子。

由于平时工作很忙，特别想趁春节这段时间好好完成一下书稿，于是埋头开干，就像鲁迅说的“躲进小楼成一统，管他春夏与秋冬”。朝也赶，晚也赶，杀个天昏地暗。结果由于用力过猛，头开始疼了，身体撑不住了，反而弄得停了下来。我被迫吃药休息，做调整，效率并没有体现出来，计划也就此泡汤。

这是生活中很多人常有的经历。比如，当你看到一本好书，有一种一口就想吞掉它的感觉。如饥似渴、不分昼夜、尽情阅读的时候，由于强度过大，满满的负荷导致思考力不够，吸取和收获的东西反而

少了，其实不划算。

这就是过犹不及、欲速不达，憋劲憋得太足有可能被憋死。

希腊德尔斐的阿波罗神庙有三条著名的箴言。其中一条就是："任何事情都不可过分。"在下面还有对这句话的解读："即使向同一个方向再多前进一小步，真理也有可能变成谬误。"

的确，即便很多正面的做法、很多正能量的事情，不是越多越好，而是过犹不及。

我的大学体育老师就跟我们说过，体育锻炼，不是越多越好，而是过犹不及。比如说跑步，不跑或者跑得少都达不到锻炼的目的，但跑得太多或者运动量过大，不但会伤及膝盖的韧带，对整体的身体机能都不见得好。她爱人就是运动过度了。

一斗米养个恩人，一担米可能就会养个仇人，也是因为过犹不及。我们救急，帮助别人渡过难关，他可能感激我们雪中送炭；如果施舍成了习惯，让别人产生依赖，可能在停止施舍后反而招致仇恨。

著名作家梁实秋说："友谊不可透支，总要保留几分。"他说的也是过犹不及。

我们经常鼓励人要换位思考，可就连换位思考这种正能量的事情，

也都过犹不及。

做事情不可能都去考虑别人，有时候过多地换位思考就是姑息迁就。老在乎别人的人老喜欢换位思考，太爱换位思考原则就漂浮了，不一定有好的结果。

真正懂得工作和学习的人，就懂得过犹不及、欲速不达的道理。他会拿时间去休息和锻炼，这样才能取得更佳的效果。有一个公式就很好地说明这一点：“8−1>8 ”。

所以，做任何事情我们都要掌握尺度，不能不做，也不能做得过度，也不能走极端。有的时候改正错误容易矫枉过正，比如在管理上由太不放手到过分依赖，就是由一个极端走向另一个极端，也不是一个好的状态。

掌握中庸之道，我们就能防止过犹不及、欲速不达。

人生轨迹是波浪

没有永恒的阳光

没有不化的坚冰

没有纯粹的欢乐

没有绝对的不幸

轮换和交替

是规律，也是命运

人生

是光明伴着黑暗

这是德国奥托卡·凯恩什托克写的一首《没有永恒的阳光》的哲

理诗，论述的就是“人生轨迹是波浪”。

人生如坐过山车，永远会起起伏伏。人生就像心脏跳动的轨迹一样，是一条高低起伏的正弦波曲线，有波峰和波谷。人可能会站在曲线中的任何位置。

人生不可能是一条直线，也不可能一直上升，除非就像心脏停止了跳动一样。所以，无起伏，不心跳；无波浪，不人生。

我所从事的汽车后市场行业这几年有点不景气。一个业内朋友有点悲观消沉，甚至都有点影响生活的激情了。我用这个人生轨迹是波浪的理论给他打气加油。

我说人生就是一条正弦波曲线，有波峰有波谷，这是自然规律，谁也改变不了。人站在曲线的任何位置都是可能的，也是合理的。你在这之前的将近十年里都活得不错，几乎都处于波峰的位置，成绩和运气都已经很不错了，而你的有些同行到现在都还没有尝过波峰的滋味。为什么今天你就不能允许自己站在波谷的位置？况且，并不是你不努力，是宏观经济、整体气候把这个行业推到了这个位置。所以，既然这样，我们就不去抱怨，承认这是客观规律，并且把这个位置当成我们人生中应该轮换的位置。

他听进去了，把心放下了，放到了和他的处境一样的波谷位置，人顿时就平衡了。然后，从此出发，根据正弦波的曲线特点，从波谷前行都是上升，能感觉到上升就是希望和动力。

令我高兴的是，他竟然从此又热血沸腾了。人只要心态不消极，行动就开始积极，困难就不是最难的事情了。

好花不常开，好景不常在；月有阴晴圆缺，人有悲欢离合。这都是自然规律。人生命运跌宕起伏，人生遭遇波谲云诡，此一时彼一时，一切皆有可能。

人生的任务就是努力让自己到达波峰，尽量不让自己跌入波谷。但是，人生也不要惧怕波谷，因为这就是规律；人生怕的只是一辈子都没有波峰。谁的人生没有低谷？低谷的时候不要怨天尤人、自暴自弃、破罐子破摔，最重要的就是摆正心态，默默地为自己走出低谷而积蓄力量。

人生轨迹是波浪，所以在波峰时不要得意忘形，在波谷时也不要悲观绝望。否极泰来，峰回路转，了解这些会让我们变得理性和豁达。

灿烂至极
归于平淡

张学良的原配夫人于凤至在美国曾经买下两栋非常著名的别墅，一栋是好莱坞明星英格丽·褒曼拥有的林泉别墅，一栋是另一位巨星伊丽莎白·泰勒在比佛利山庄的故居。她还把其中的一栋赠予张学良和赵四小姐居住，可见她的经济条件十分了得。那么她雄厚的实力到底来自什么呢?

原来，于凤至简直就是个股神。

于凤至初到美国，在朋友丽娜夫人的建议下接触了华尔街证券市场的股票。聪明的于凤至有着和普通股民甚至丽娜夫人不一样的思维，她不跟风去买牛股，却买无人关注的熊股。当丽娜夫人责怪她的脑子

进水的时候，情况却常常发生反转：牛股下跌而且速度惊人，熊股却缓缓上升。当熊股继续上涨快要疯狂的时候，于凤至又没有一般人的贪念，果断地将熊股抛出，随后果然熊股就开始下跌。她在股票市场迎来了开门红，丽娜夫人很快就成了她的粉丝，成了她理论的受益者。于凤至就此积累了在美国生存和发展的第一桶金。

于凤至炒股成功，是由于她懂得物极必反的道理。居高不下的状态不可能始终保持，而相反，长期垫底的状态也不可能保持太久。

李嘉诚在做生意和炒股方面也有类似的理论：见顶抛售，逢低吸纳。这也是他长期以来稳操胜券的诀窍和法宝。

世界万事万物都有兴盛衰败的规律，盛极即衰，衰极即盛，灿烂至极归于平淡。

《易·丰》中说："日中则昃，月满则亏。"意思是，太阳在最中央的时候，马上就要偏西了；月亮在最圆满的时候，马上就要亏缺了。

老子在《道德经》第五十五章里说道："物壮则老。"意思就是，任何东西壮年之后就要开始衰老了。西方也有类似的谚语："上帝要使其灭亡，先使其权势灼人。"

所以，凡事别做到极致，快到巅峰时要警惕、要保留，就像于凤

至炒股、李嘉诚投资一样。老子《道德经》第二十九章写道："是以圣人去甚、去奢、去泰。"意思是，圣人会做到不极端、不奢侈、不过分。

人生不要留恋一时的繁华，沉浸在一时的喧嚣中。花无百日红，人无百日好；繁华终将落幕，喧嚣也将寂静；天下没有不散的筵席。今日晴空万里，明日可能就滂沱大雨。时过境迁，一切可能是另外一副模样、另外一番景象。所以，人生要居安思危，美酒饮至微醺处，好花看到半开时。

中国民间流行一个词叫"嘚瑟"，人生最忌讳这种状态。顺利的时候扬扬得意、忘乎所以，就是因为不懂得灿烂至极归于平淡这个道理。人生不可能始终顺利，嘚瑟的人在得意的时候会遭人忌恨，在失意的时候会遭人嘲讽，很难堪。人生应该得志而不傲，处高而不骄，因为灿烂至极终将归于平淡。

置之死地而后生

历史很有意思。楚霸王项羽在巨鹿之战中应用了“破釜沉舟”的经典战术，而他的夺命对手韩信，也因为井陉之战的“背水一战”而名扬天下。这两人，运用的都是同样的兵法，遵循的是同一个理论：置之死地而后生。

《孙子兵法》的《九地》篇里就讲述了这个谋略。这个谋略就是依据人生轨迹是波浪的曲线特点制定的触底反弹、绝地反击的战术。

项羽的破釜沉舟、韩信的背水一战，都是将士兵逼到绝路死地，让一帮亡命之徒只能一往无前。

破釜沉舟、背水一战的时候，吃饭没着落，退路被切断。于是，

士兵斗志被焕发，潜能被激活，求生欲望燃烧，如何能不撒开腿就冲？如何能不全力以赴奋勇杀敌？所以，擅长打仗的军事家有时候会故意创造这种绝境，去激发士兵的斗志；而擅长打仗的军事家不会把敌人逼到这种绝境，因为担心自己的士兵绝没有这种状态去跟这帮疯子拼命。

太史公司马迁说：“知死必勇。”

人生就是这个规律。所以有时候，我们也要把自己逼迫到这个位置，要让自己没有太多的选择和退路。有时逼得自己没有选择和退路的时候，人反而会激发起高昂的斗志。

没有选择，无法逃避；没有退路，反而能绝处逢生。

一位清华大学教授在中央电视台《开讲啦》栏目里说：人要学会消灭选择，选择太多成了这个时代人们最大的困惑。他的意思是说，人在只有一个选择而没有别的选择、不得已的情况之下，是最能迸发出自己也想象不到的能量的。

其实，他就是告诉人们，在做选择时要学会置之死地而后生。

他讲了一个故事：他小学从北京转学到江西的农村，老同学欺负新同学。大家合伙整他，头一天就把他的裤子给扒了。他告诉老师，

老师不以为然，也没为他伸张正义。他害怕告诉妈妈，因为家里人一定以为自己惹是生非，反而会揍他。所以，他没有选择，只能自救、自保。他因此准备了三招：第一，裤子不用松紧带，而是用绳扎起来；第二，开始练跑得快，有人欺负就赶紧跑；第三，观察别人打架时如何防守反击。后来有一天，有同学结伴过来欺负他的时候，他先是在教室里猛跑，多个孩子就在后面追。接着，他突然回头迎着领头追的孩子撞过去。结果，那个孩子被撞倒，碰到课桌受伤了。从此，他被欺负的命运就彻底改变了。

所以，在没有选择的情况下背水一战，事情反而能得到彻底的解决。

演员宋丹丹在小品里有一句台词："女人，就得对自己狠一点。"我们可以套用一下：人，有时候就得对自己狠一点。逼自己一把，逼得自己没有退路，逼得自己没有选择，反而能让人生绽放出更大的光芒。

置之死地而后生，黑夜的极致就是光明的到来。

任何事情
都有一个过程

演员斯琴高娃在一次拍马戏的时候，坠马落地，被马踩踏负了重伤，留下了永久的腿伤和面部伤。她深有感触地说：如果当年不是一上马就开始飞奔，也不至于受此一劫。马不是一下子跨上去就能驯服的，需要一个过程。

处理任何事情就像骑马一样，也都需要一个过程：一个发展的过程，一个接受的过程，一个适应的过程。马不可能一骑上就能驾驭，工作不可能一做就通，制度不可能一颁布就能执行，事情不可能一上手就能解决。所以，人生要建立过程的思想，这是事物的客观规律，要给事情的过程留出时间。因为事情需要过程，所以我们在好事上要

善于等待，在坏事上要防微杜渐。

《道德经》第六十四章说道："合抱之木生于毫末，九层之台起于累土，千里之行始于足下。"意思是说，大树是从小树苗长成的，高楼是从土方垒起来的，千里的路是一步一步走出来的。事情都是从细微处开始，都会有一个发展过程。

改革需要一个过程。

大家都知道历史上的改革，常常会出现欲速则不达的情况。改革不是一下子的事情，也是需要一个过程的，只能在震荡中前进。中国历史上的很多改革，不是初心不好，也不是方案不好，而是可能在推进时急躁了一点，王莽、杨广和王安石都是这样的。

晚清四大名臣之一张之洞对立宪的态度是坚决的，但他认为政治体制改革会牵扯和触碰到权贵阶层的利益，不可能一蹴而就。所以，他主张稳妥缓进，结果得到的支持最多、遇到的抵抗最少。他的方法显然也是最有效的，因为他给事物留了过程。

识人也需要一个过程。

白居易在他的《放言五首·其三》里面这样写道：

赠君一法决狐疑，不用钻龟与祝蓍。

试玉要烧三日满，辨材须待七年期。

周公恐惧流言日，王莽谦恭未篡时。

向使当初身便死，一生真伪复谁知？

后面六句的意思是：烧满三日才能知道是不是块好玉石，考查一个人才大约需要七年的时间。真心辅佐周成王的周公旦当时遭到流言蜚语，王莽在篡位前表现得规规矩矩。假使真相出来之前两人就不在人世了，谁又能够知道事情的真相呢？

所以，认识人也需要一个过程，一个检验的过程。我们常说假以时日，说的就是要等待这个过程。

知识的积累也需要一个过程，一口吃不成胖子。

改造一个人也需要一个过程，一下整不成孝子。

春夏秋冬都是一个过程，少年、青年、中年、老年也是一个过程。

任何事情都有一个过程。在现实生活中，很多人沉不住气、耐不住性子，都想忽略或者缩短这个过程，所以经常会犯错误。他们以为闪电战能结束战斗，没想到发生了拉锯战、持久战。

所以，人生一定要建立凡事有过程的思想。事缓则圆，这是科学客观的态度。

一江春水向东流

网络上流传一句话：无论今夜经历了多少泣不成声，明早起来这个城市依旧车水马龙，因为什么也阻挡不了一江春水向东流。

汉乐府诗中有一首文字优美、饱含哲理而又励志的作品——《长歌行》：

青青园中葵，朝露待日晞。

阳春布德泽，万物生光辉。

常恐秋节至，焜黄华叶衰。

百川东到海，何时复西归？

少壮不努力，老大徒伤悲。

翻译过来的意思就是：园中青青的葵叶上，清晨长出很多等待太阳晒干的露珠。春天散布恩泽，万物都呈现一片辉煌。常常担心秋天到来，茂盛翠绿的树叶就要衰败枯黄了。江河东流到海，何时再西流回来？年少的时候不努力，老了就只能遗憾和伤悲了。

这是一首劝诫人们要珍惜光阴的正能量诗歌。实际上，百川东到海，无法复西归，因为一江春水向东流。

中国的地势是西高东低，水流的趋势是由西向东，最后归入大海，所以一江春水向东流就代表着永远也改变不了的规律。生命就如同这个规律一样，是一个不可逆的过程。

水不能倒着流，路不能走回头，人生没有回程车票。人生不像下象棋，还有悔棋一说，一脚踏出去，就再也收不回来。人就像过河卒子，只能拼命向前。人生也没有彩排，每天都是现场直播。

生命都是以时间为细胞而构成的，生命不可逆，时间就不可逆。德国诗人席勒说：“时间的步伐有三种，未来姗姗来迟，现在像箭一般飞逝，过去永远静立不动。”逝去的时间快马追不上，壮牛拉不回。日历每天都在提醒我们：生命之树又凋谢了一叶。

时间都去哪儿了？我们常常有这样的感叹。时光有限，生命匆匆，不要等到还没好好看这世界眼睛就花了。

所以，趁年少，就要努力。少壮不努力，老大徒伤悲，这是《长歌行》流传至今的对我们的劝诫。中国古代还有很多类似的篇章。诗歌《金缕衣》写道："劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。"唐代诗人杜荀鹤说："少年辛苦终身事，莫向光阴惰寸功。"元代戏剧家关汉卿也写道："花有重开日，人无再少年。"

这些名句都是在提醒少年时就要珍惜时间。当然，从小努力肯定很好，但如果少年时耽误了，也千万不要自暴自弃、破罐子破摔。数学家华罗庚说得好："发奋早为好，苟晚休嫌迟，最忌不努力，一生都无知。"人生要切记，亡羊补牢犹未晚也，无论何时出发都不嫌迟。

邓丽君在她的歌中唱道："时光一逝永不回，往事只能回味。"既然无法阻挡一江春水向东流，我们就只能倍加珍惜眼前的时光。子在川上曰："逝者如斯夫，不舍昼夜。"毛泽东也在词中写道："一万年太久，只争朝夕。"这些都是教给我们对待时间的态度。

人不能两次
踏进同一条河流

有一年春节，我从北京回老家，全家人驱车上京港澳高速的时候，发现前方有一辆事故车趴在路边。一位女士瘫坐在地上，神情悲伤。上前一关注，原来是一场大事故，女士的父母和孩子都在事故中失去了生命，她自己也受了重伤。一家人本来是和我们一样回去过春节的，没想到发生车祸。令我吃惊的是，虽遭此劫难，女士并没有光在那里哭，她还是强忍悲痛，镇定地处理后事。

我非常敬佩她这种昂然的人生态度。

是的，她可以悲痛欲绝，可以歇斯底里，可能这样更符合她的处境，但这样又有什么作用呢？哭天喊地改变不了结果，也唤不回死去

亲人的生命。生活还要继续，明天还要继续，还有其他的亲人等着她去安慰。家里还有孩子等着她去养大，家里还有老人等着她去照顾，整个家庭都等着她去支撑。

她平静地接受这一切，坚强地面对这一切。无疑，这就是客观上最正确的态度。

印度大文豪泰戈尔说过，如果错过太阳时你流下了眼泪，那么你也将错过星星。

所以，发生过的事情就让它过去吧，因为你没有哭的时间。我们能做的，就是接受现实，活在当下。

对于女士一家来说，已经和我们不一样了。我们的当下是一家人欢欢喜喜回家过年，而这已经不是她的当下了。她的当下是如何做好善后处理，让生活继续。尽管有一些悲催，但又有什么更好的办法呢？如果她悲观、消沉，可能还会有因消极面对产生的麻烦等着她，造成二次悲剧。

有一句歌词这样写道：刹那风波翻过，一转眼从前便已难复再。所以，人生要学会接受现实。不要认为，或者不要经常说：昨天还好好的，上午还好好的，刚才还好好的，怎么现在就不可以、就不行了

呢？因为事情会永远变化，此一时彼一时，时过境迁。人不能两次踏进同一条河流。

人不能两次踏进同一条河流，这是希腊哲学家赫拉克利特提出的哲学观点。他的意思是，当你第二次踏进这条河流的时候，昨日之水已经从这里流过了，所以你踏进的不是同一条河流。

世界是瞬息万变的，每时每刻都在变化。前一秒阳光，后一秒黑暗。这一秒之前，人还活着；这一秒之后，人已到了另一个世界。这就是人生的变化和无常。

所以，我们应该认同变化的世界、接受变化的事实、调整变化的状态、适应变化的局势，做一个愿意接受结果，愿意面对现实的人。

当事情突然发生之后，在你还没有适应转换之前，如果想想“人不能两次踏进同一条河流”的观点，接受现实，活在当下，那么即使已经错过了太阳，也决不会再错过星星。这样你将拥有不一样的人生。

天人合一，知行合一，情景合一

已故北大哲学教授汤一介先生提出：中国哲学的特质体现为天人合一、知行合一和情景合一。它们分别对应着真、善、美。

老先生主要是从为人处世的道德层面和行为修养来对应这种关系。

如果结合现代人做事的角度来对应这种关系，我们也可以把它理解为真、行、美。

所以，人生在道德上的追求目标就是真、善、美，而做事情追求的目标就是真、行、美。

人生要做的事情，就是不断知万物之道、行万物之道、享万物之道。人生就是一个知道、行道、享道的过程。其中天人合一是知道的

最高境界，天人如能合二为一，则能领悟参透自然生命的真实，对应的就是真。知行合一是行道的最高境界，知行如能合二为一，则是将所知之道全面发挥、淋漓绽放，对应的就是行。情景合一是享道的最高境界，情景如能合二为一，则能将人之情感完全融入环境，是一种无我、忘我的极具美感享受的高峰体验，对应的就是美。

人生的最高目标应该是追求情景合一。要做到情景合一，必须知行合一；而要做到知行合一，又必须做到天人合一。情景合一是人生的追求，知行合一是人生的方法，天人合一是人生的基础。人生能到此三种境界，即可谓圆满完美。

不知道叫愚昧，如果我们不知道，生命将没有智慧。知道不行道叫迂腐，如果我们光知道不行道，生命将没有力量。行道不享道叫苦行僧，如果我们光行道而不享道，生命将没有意义。这都不是我们想要的人生境界和人生状态，知道、行道、享道应该完整地结合起来。

从这个角度来划分的人生境界有：不知道不行道、知道而不行道、知道而行道、行道而不享道、行道而享道。我们要努力达到知道、行道、享道的境界，既要活得明白，懂得道理，也要行动起来，认真践行。最后，我们也要享受明白道理和用行动落实的结果，享受大自然

赋予我们的生命和我们自己创造的人生，这样的人生最有价值和意义。就像我在前面万物之道里所提到的，人生就是一个知万物之道、行万物之道、享万物之道的过程。如果行有余力，再施万物之道，以惠及芸芸众生。而天人合一、知行合一、情景合一就是我们追求万物之道的最高目标。

第二章

熟知世界　了解社会

自然和社会

人是自然人，也是社会人，自然人在社会环境里成了社会人。

人是从动物进化过来的，人具有和动物一样的自然属性和融入社会的社会属性。自然属性是指人作为肉体生命存在的特性，社会属性是指人与人之间发生的各种关系。自然和社会构成了我们人所处的双重环境，看得见的是自然环境，看不见的是社会环境。人们对这两个领域展开研究，就形成了自然科学和社会科学。

在当今社会，人的自然属性朝弱化的方向发展。因为人们把大部分的精力放在社会生命而不是自然生命上，重视社会而不重视自然。

我们需要在这两种属性中取得平衡。

一、对生存环境来说。

我们作为自然人要创造社会，作为社会人要改造自然。但是，社会人在改造自然的时候，可能不遵循万物之道而破坏自然。

我的一个朋友说：现代社会，动物不是动物，植物不是植物，人不是人了。比如说，肉猪是催肥的，药物是种植的，它们的天然环境已经被破坏了。而人，却在主导着这一切，几乎完全被社会同化了。

然而，不要忘记我们归根结底还是一个自然人，那些不穿衣服、吃着野果、住在山洞、现在看起来倒很时尚的猿人就是我们的祖先。所以，在自然的世界里，我们不应该大肆捕杀动物，任意砍伐植物，尽情污染空气。我们应该以动物为友，与植物为伴，与自然万物和谐相处。因为地球和万物本身就是一个大的生态系统，我们只是其中的一分子。我们常常是在大自然发怒的时候，才知道人类是多么渺小。如果我们无视这个属性，可能就要自食恶果。

所以，应该反思我们也许不正确的生存方式，适当回归我们作为自然人的特性。就像动物一样，一定是寻找最适合自己的地方和生存方式，而不是动辄去改造什么。

二、对我们自己来说。

网络上流行一句狠话：“现代人离自然很远，离死亡很近。”话糙理不糙。

原始人没有体育锻炼这个概念，因为那时候脑子没像现在这样超负荷运转，体力劳动远远多于脑力劳动，在自然的生命过程中没有人失眠、没有人抑郁。现代人专门拿出宝贵的时间进行体育锻炼，还睡不好、动不动得抑郁症，甚至有人跳楼寻求解脱，这是自然的属性被社会的属性打败了。所以，从这一点上来说，人应该多从社会挣脱一下，回归自然，去享受自然生命，而不是为其所累。

这些，我们都需要强化自然属性。而对与他人相处来说，我们却需要强化社会属性。

世界不是我们一个人的，与他人和谐相处、与社会携手共进，在妥协中保持融洽是必要的。所以，我们要控制自己的欲望，防止我们的自私行为，减少我们作为自然生命的冲动，摒弃自然界的丛林法则，避免和同类互相争抢、互相残杀。我们每个人都需要为社会发展做贡献，而不能为社会发展制造麻烦。

我们的人生就需要在自然和社会这两种属性间取得平衡。

理想的世界，
现实的江湖

春秋五霸之一的宋襄公，是个很理想化的国君。著名的泓水之战，是宋襄公为了和楚国争夺中原霸权、出兵攻打亲楚的郑国而楚国出兵相救、双方在泓水河边发生的一场战争。

当时论实力楚强宋弱，但这场战争开始时形势却有利于宋，因为楚军还在渡河的时候，宋军就已经在泓水河边集结完毕。宋襄公同父异母的兄长子鱼说："敌众我寡，现在请趁敌人没有完全过河，攻击他们。"宋襄公说："君子不乘人之危。"后来楚军渡过河，但没排好阵势，子鱼再次请战，宋襄公依旧不许。结果等楚军全部准备完毕，双方交战，宋军大败。宋襄公大腿负伤，第二年含恨离世。

现实给了宋襄公当头一棒，大概他所理解的战争是一种贵族式的仁义之战，一种点到为止的战争方式，他甚至把它看成了一场竞技比武。但对手和敌人不是这么看的，也不是这么玩的，在战场上只有不仁不义、不讲规矩，才有可能取胜。宋襄公为他的仁义付出了生命的代价，甚至还搭上了他的国家。

太傻太天真，宋襄公就是太理想化了。

在现实生活中，也有很多人说听过很多大道理，却过不好这一生，这不奇怪。因为这是个与理想世界有差距的现实江湖。理想与现实交战的时候，现实常常会给理想狠狠一拳，理想被打得粉碎。很多大道理都是理想化的。网络上流传一句话："理想很丰满，现实很骨感。"带着过分不切实际的理想，迟早是要碰壁的。

现实的世界不全是真，不全是实，不全是美。世界就是真与假、虚与实、美与丑的结合，也有风雨也有晴，也有关爱与伤害。这些不完美的结合组成了真实的世界。

世界也不是我们单方面能掌控的，因为树欲静而风不一定止。你能保证你开车不撞别人，但不能保证别人开车不撞你。清政府闭关锁国，以为可以安宁，但在海的那一头的英国人却发动了被他们称为

“通商战争”的鸦片战争，使清朝在挨打后被迫打开大门。

如果过于理想，对社会抱有太美好的想法，现实生活和社会不良现象可能会颠覆你的观念、摧毁你的理想，以至于当你看到现实的丑陋后反应会更加强烈。因为期望越大，失望就越大，落差感就更明显。如果事先预期不这么理想，就会坦然多了。

所以，我们不能太理想。人类是有很多问题的，社会也是有很多问题的。我们唯有正视这些问题的客观存在，才有可能在现实生活中不惊讶、不受伤、不奢望、不苛求。这样我们才能去伪存真，才能取其精华、去其糟粕，才能享受生活而不至于被生活所伤。

清楚社会的真相，方能让我们冷暖自知；承认社会的不理想，反而能建立对生活积极的态度。

所以，我们要客观地看待这个世界，带着不过分的理想，融入现实的江湖。

符合社会
主流价值观

太理想的人大多是寂寞孤独的，因为他的理想不一定符合当代主流价值观。

没有接受当代社会主流价值观的，有可能在当代社会都比较悲催。

孔子、孟子、老子、庄子等都是流芳千古的大圣贤。他们都没迎合当时社会的主流价值观，所以活得比较辛苦，也很难有功名，唯有著书立说，或者开馆授徒。东晋陶渊明的诗歌在当时并没有流行起来，也是因为不符合当时社会的主流价值观、审美观。而王阳明、曾国藩等人最后因为迎合了时代的主流价值观，得以立德、立言、立功。

站在现实的角度，王阳明和曾国藩等一定要迎合当时社会的主流

价值观。虽然同样学习儒家经典，追求孔孟之道，但因为要带兵打仗，统帅带领的都是平民百姓，不适应社会、不接地气，如何指挥得好、激励得了大帮凡夫俗子？安营扎寨、粮草统筹等需要协调各方面的力量，不和光同尘、与官僚打成一片，如何能取得支持与配合？可事情往往就是这样，思想一旦平凡落地，行动就开始伟大务实。这两位大儒在他们的后半生，终于在战争机遇面前人生大放异彩，成就了自己人生的大满贯。

所以，只有言行符合当代社会主流价值观，才能在当代发展得好，才能体现出自己的价值。

魏晋时期，玄学流行，上流社会进入了崇尚清谈的时期，文人士大夫甚至帝王将相，都有些松懈于朝政了。那个时候，谁的理论好、悟道深、能言善辩，就证明了自己的价值。因为当时社会的价值观就是这样，要想在那个年代体现出价值，恐怕就得学会高谈阔论了。

因此，如果当时的社会主流价值观不考验你的生产力，你可能就不需要实际经验，你的行为就不需要落地，只要你的行为和主流价值观相吻合。当然，这是一个特殊时期，大部分年代不可能是这种价值观，还是以实干和落地为主。

所以，人一定不要远离社会主流价值观，不然现世很难得到幸福和回报。如果只能等来世或者遥远的将来才能体现你的价值，就显得有些虚无飘渺了。

“举世皆浊我独清，众人皆醉我独醒。”“世人笑我太疯癫，我笑他人看不穿。”这些感叹在某种程度上也是不适应社会的表现。

如果你觉得人不一定有来生，还是尽量做一个适应社会、与时俱进的人吧，这样你可能会在当代活得幸福一点。人生在世，最好能适应时代的主旋律、言行符合社会的主流价值观。

苟且和远方

中国校园民谣的代表人物高晓松在一首歌里唱道：“生活不止眼前的苟且，还有诗和远方的田野。”听起来让人热血沸腾、血脉偾张，听完都要为自己的庸俗与肤浅感到羞愧，可一旦回到生活中来，大多数人还是觉得茫然，好像还是苟且踏实一点。所以，有人干脆把这句改成：生活不止诗和远方的田野，还有眼前的苟且。后来还有人更狠，将它改成：生活不止眼前的苟且，还有明天的苟且。

很多时候，话很让人振奋和提气，但不知道照着做行不行，有时也不一定行。

格力老总董明珠也发狠话说：要让老板哄着你做事的，请回到你

妈妈身边去，长大了学好了你再来。这个话说得铿锵有力，一点毛病都没有。可现在社会遍地都是这种人，很多小微企业，要这么强硬和严格，就真招不上人，也就没有员工了。

所以，有的时候也要具体问题具体分析。做事情和干企业不能光是豪言壮语，还要考虑现实；生活也不能光是诗和远方，还有精打细算和柴米油盐。

很多人可能有挣5个亿的理想，但常常被5000元卡住了。如果苟且不到5000元，过不去这个坎，5个亿也就泡汤了，那么谁又能知道你有挣5个亿的能力？如果等不到太阳升起，就牺牲在马上要升起的前夜，你终将不可能扬眉吐气。所以，人生最重要的不是对5个亿不屑一顾，而是千万不要被5000元卡住。

有一句话叫作：两脚茫茫走，只为身和口。虽然这绝对不能作为我们的追求，但如果不能安身立命，我们又如何实现高尚呢？生活并不是一首诗，安贫乐道，以及穷且益坚，不坠青云之志，都只是在无可奈何情况之下的一种阳光心态。

所以，在理想和现实之间，既要考虑理想，也要考虑现实，最终还是先考虑现实问题吧。解决了现实问题，再来谈实现理想。

我估计明天会很美好，可就怕等不到明天，所以还是先要干点能支撑我到明天的事情。这样也许等待的时间要久一点，但能保证我先活下来。“留得青山在，不怕没柴烧”，如果我活不下来，明天再美好又有什么用呢？我又还能实现什么呢？

人应该学会先苟且地活着，再长远地想着。韩信受胯下之辱，能够苟且，所以后来有了远方。刘邦苟且做了项羽分封的汉王，后来也有了远方。而项羽不能苟且，不肯过江东，就自刎在乌江，断送了远方。

真正的勇敢不是为了某件事壮烈地死去，而是为了某件事卑贱地活着，这句话不是没有道理的。

所以，对努力上进的人来说，反倒要学会苟且，学会苟且可能才有远方。当然，对于不上进、不努力的人来说，苟且偷生，不思进取，贪图享受，躺在目前幸福的温床上得过且过，这样的人一定是要多想想远方的。

生存与发展

历史上有过很多类似的事件发生：北宋为了灭辽，和金合作，结果辽灭了，北宋也被合作者金灭了。南宋为了灭金，和元合作，结果金灭了，南宋也被合作者元灭了。这几乎都形成一个规律了。

你可能会问：早知如此，何必当初呢？不，即使知道这是一个必然结果，当初可能也要如此。为什么呢？

因为生存大于发展，解决迫在眉睫的问题和处理摆在眼前的危机是最重要的。

或者说，为了眼前的苟且，顾不得那么多了，知道结果也要走这个过程。因为当你还在为生存问题而考虑的时候，就顾不上考虑发展

的问题了。

分封制和郡县制在中国历史上交替出现，轮番上场。为什么汉沿袭了秦成熟的郡县制后还要采用分封制？因为汉初，江山不稳，很多后来的诸侯王当时都手握重兵，需要安抚他们，也需要他们继续解决各种敌对的残余势力。所以，必须论功行赏、分封诸王才能解决问题。但是，这样在日后肯定会出问题，出现尾大不掉的局面，引起后患。所以，后来刘邦又费了很大的力气来消除分封造成的后患。如果当时的国家处于像当年秦始皇时期“胡人不敢南下而牧马，士不敢弯弓而报怨”的状态，刘邦一定会采用更便于中央集权的郡县制的，因为这样才能长治久安。但是，在当时的情况下就只能这么干，生存下去是第一位的。

所以，后来也有很多帝王采取了分封制。比如，晋武帝司马炎执政后进行分封，一代天骄成吉思汗也在他的领地进行分封，都是要解决当务之急。从历史看，大家都知道，这样做会后患无穷，但谁又会想那么远呢？即使知道以后会这样，现在怎么办，谁都会重现实而不会想太远。很有可能外患一消除，内患就产生，所以分封制度是成也萧何，败也萧何。

所以，有时候考虑生存问题是迫于无奈的，但只考虑生存问题也是会有后患的，就像我们当下社会很多人的合作关系。

如果没有法律和契约保障，很多合作最后是不能善终甚至很惨的，但为什么还有那么多合作出现，并且趋之若鹜？因为大家都知道个人的力量太小，需要结合大家的优势，所以主要是要解决目前的出路问题。但合作之后问题一爆发，常常把合作者们一棒打回原形，使很多人感叹说还不如当初不合作。所以，合作不能只为了解决眼前难题，像抓救命稻草一样，也不能只看到眼前的美好，还要想象到未来可能出现的问题，要看到合作面临的包括利润分配、决策权等的矛盾和冲突，这样才能减少后顾之忧。

有的时候确实生存大于发展，但最好的方式是要二者兼顾，生存与发展结合起来考虑。所以，刘邦采用的统治方法是把分封制和郡县制结合起来，既考虑现在，也考虑将来。

我们的人生常常会在生存与发展中挣扎徘徊，生存是为了现在，发展是为了将来，我们应该在生存和发展中取得平衡。

世界利益论

周朝历史实际上是从分封制开始的。周朝的发展也很像一个家族企业的发展，打仗亲兄弟、上阵父子兵，创业和发展初期都很好，但当发展到中期和后期，问题就出现了，中央权力越来越小，地方诸侯势力越来越大。由于利益和权力之争，血缘和亲情关系越来越淡，而权力和利益越来越居于无法超越的位置。

血虽浓于水，却浓不过利益，不是一个经济利益系统的关系很容易土崩瓦解。血缘关系尚且如此，何况非血缘关系。

所以，当面对重大利益的时候，不要对任何关系抱过多的幻想。有的时候，感情是脆弱的，利益是坚固的。

因为世界是利益的世界。

司马迁在《史记》中写道:“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往。”

美国在“二战”时曾大力无偿援助中国，这当然是值得大力感激的友情，但这就是传说中的纯粹的国际主义吗？这是纯粹为了道德正义吗？当然不完全是这样的。罗斯福援华的主要目的是为了避免日本将战火燃烧到他们的国土上，是典型的拒敌于千里之外。美国人最终还是在考虑自己国家的利益，这和“珍珠港事件”发生前卖给日本武器的出发点是一样的。

英国首相丘吉尔说:“没有永远的朋友，只有永远的利益。”

所以，朋友若想长久，也请别掺杂利益。为什么君子之交淡如水？因为如果不是淡如水的交往，就不是君子之交了。

利益是人与人之间几乎无坚不摧的一条纽带，从“无事不登三宝殿”这句话上看，你就知道人们的行为有时候是受利益驱使的。

人们都是通过利益来划分关系的亲疏远近，以利益作为标准来判断要不要和对方交往，利益也成了人们做事的标准。“穷在闹市无人问，富在深山有远亲”，就是这种现象的写照。“国难念忠臣，家贫思

孝子”，这也是以利益为出发点发出的感慨。

利益不只是指金钱和财富，还有名誉、地位、权力和欲望，这些都代表个人利益。其实亲情、友情和爱情代表的也是个人利益。有的人追求短期直接的利益，有的人追求长远隐藏的利益，这是由于每个人的世界观、价值观不一样，但都是在追名逐利。中国人重视当官，也就是重视地位，其实是因为地位可以使人名利双收。“宁做清官背靴走，不做赃官落骂名”，这其实看重的也是一种利益，只是看重的是名誉。当然，这种不伤害别人，还能为别人带来好处的利益观，是能受到大家肯定和欢迎的。

虽然世界是利益的世界，但是利益却会使人为其所累，它会让我们变得很肤浅，变得不快乐。我们要努力使自己不成为只看重利益的人，要想获得真正的幸福，必须淡化利益，甩开这个包袱。

既得利益者和利益受损者

利益成了人类和社会的价值标准之后，也成了群体划分标线。群体划分为既得利益者、利益受损者和利益无关者三类。

比如说，一个贸易市场上一件不合理的事情发生了，一个商户被以并不充分的理由关停。三类人对这件事会有不一样的看法。

同一个市场的竞争对手肯定不会感到不合理，甚至会得意扬扬，因为他心想事成，他的买卖可能会因此更好，他是既得利益者。

但作为被无理关停、无端清理者，也就是利益受损者，他的心中是充满怨恨和愤怒的。

而利益无关者则事不关己，高高挂起。他可能隔岸观火，可能幸

灾乐祸，也可能义愤填膺地表示愤慨，总之反正是站着说话不腰疼。

所以，既得利益者会点赞，利益受损者会抱怨，而利益无关者则无所谓。

同样，现代的网络在救人的时候可以形成合力，在人肉搜索“杀人”的时候又可以产生暴力。如何来评价网络，就看你站在哪个角度和位置，就看你是既得利益者、利益受损者还是利益无关者。

所以，世界的利益是无法统一的，因为大家都是不同的利益群体，都会根据自己是既得利益者、利益受损者或者利益无关者发出声音和做出评判。

如果是既得利益者，即使觉得这件事情不合理，也可能会三缄其口。他在利益面前可能歪曲事实，不是他的观点不对或者觉悟不行，而是他会为了维护自己的利益来表达，而且很有可能还不是故意的。

所以，理解你不代表要帮你，可怜你不代表不坑你，因为彼此代表的是各自不同的阶级和利益。很多时候，利益是大于理解、同情和道德的。

没完成原始积累的人希望社会不规范，让自己乱中取胜，完成积累；已完成原始积累的人希望社会规范，让自己享受别人完不成积

累的差距。

弱者拼命呼唤秩序，希望被保护；强者希望没有秩序，没秩序更好，可以浑水摸鱼。

在这个社会中，不善于沟通的、不善于交际的人，可能就是不适应主流社会的人。这种人往往不能从这种社会状态中得到利益，所以会抱怨、会发牢骚。而适应社会的人则会去享受而不会去抱怨。适应的人不抱怨，不适应的人会抱怨。既得利益者不抱怨，利益受损者会抱怨，而利益无关者就充当一个看客和评论家了。

所以，客观的评价和判断有时候也许很难轻易获取，因为人们有可能代表不同的利益群体而发声。我们对某件事情需要全面综合判断，这样才能得出正确结论。

第三章

熟知人类　知晓人性

熟知人类

人类进化了那么多年，禀性还是一样没变。两千多年前关于人性的书籍至今还被奉为经典，这是由大自然所创造的物种所决定的。

人性纵穿时空、横跨大陆保持不变，因为这是同一个物种。

老祖宗写下的东西到现在都有用，还因为人类群居的环境从来就没有改变。

群居的环境就对应着丛林法则。

人类是从动物进化而来的，虽是高级动物，也存在着动物本身的兽性，融入社会后形成了人特有的一种性质，这就是人性。这样我们对人品的评判就是看其人性和兽性的比例。人类文明就是接近人性、

远离兽性的程度。

有人开玩笑说，人类上半身是人，下半身是动物。上半身的特点是忍让与克制，下半身的特点是本能与冲动。

就像我在前面提到对我们所处的世界和社会要有客观的认识，我们对人性也要有客观的认识。要解决问题，我们最好是认清社会的丑陋处和人类的缺点，这是为什么呢？因为我们要去避免它，要去防止它，要去改变它，甚至要去消灭它。当然，我们不能制造它。我们的原则是：我们不要这样做，但要防止别人可能这样做。因为如果不防止别人这样做，我们受伤害了，回过头就会抱怨社会、抱怨人类，心态反而不阳光了。所以，当人类还没达到完美境界的时候，我们的原则是害人之心不可有，防人之心不可无。对待善恶，我们的原则是朋友来了有好酒，豺狼来了有猎枪。如果豺狼来了也有好酒，我们就被它吃了，这样东郭先生和狼、农夫与蛇、吕洞宾与狗的故事就会重演，这就是傻帽儿一个。当然使用猎枪主要是防范，也是要在合情、合理、合法的范围之内。

我们如果能客观地认识和接受哪怕是最后可能让我们悲观的事实，也比不客观认识要好。这让我想起了马云在演讲中说的一句话：如果

不是想占便宜，你在淘宝上花几千元想去买几万元的皮包，回头怎么会不抱怨淘宝假货多？我想说的是，如果你不那么理想化，不把人类想得过于美好，怎么会有那么多伤心失望呢？

比如说，你认定人都是自私的，认定人有时候可能为了利益背弃友情、亲情，事到临头就不觉得太伤感。如果认为生活全都是阳光明媚的人，一遇到打击肯定受不了，抑郁跳楼等就不是什么新鲜事了。

所以，我们对人性的特点不要盲目乐观，不要无视问题的存在而盲目地唱赞歌，以致很难找到方法对症下药。反倒是正视这些特点，我们才能找到方法更好地管理人性。

所以，对人性客观地评估至关重要，是我们幸福的来源。

表里不一之人

著名国学大师季羡林先生曾经说过：“现在人们有时候骂人为‘畜生’，我觉得这是对畜生的污蔑。畜生吃人，因为它饿，它不会说谎，不会耍刁，绝不会先讲上一大篇必须吃人的道理，旁征博引，洋洋洒洒，然后才张嘴吃人，而人则不然。”

季老的意思是说，人会伪装而动物不会装，所以把人比成动物反倒侮辱了“动物”这个词。

可见人的这个表里不一的特性确实很难让人产生赞美。

我的一个朋友曾经在企业分家时对他的合作伙伴说：“用不真诚这个词来形容你，你可能觉得侮辱了你，但用真诚来形容你，我认

为就侮辱了这个词。”

人类会有意无意地说一些谎言，会很轻易地做一些表里不一的事，因为人的语言和行为都是为目标和目的服务的，而不一定是为真实和良知服务的。人的表面与内心常相分离，人习惯于以表面与人相处，可能和自己才敢用心灵对话。

很多人表面是一脸的真诚，内心却可能是一肚子的坏水。口蜜腹剑、笑里藏刀、口是心非、两面三刀、阳奉阴违就是用来形容这种人的。“画虎画皮难画骨，知人知面不知心”，所以不要轻易相信那些标榜实在的嘴、满脸堆笑显得真诚的脸。这种人有可能说一套做一套，说的话哪句是真、哪句是假你不知道，所以不能全信，以免一片痴情遭霜打。并且，为了防止上当受骗，被人利用，我们有时还只能“逢人只说三分话，不会全抛一片心”。

中国传统文化的糟粕里有表面文化的成分和基因，因为一直以来的封建专制统治都要披一层“百姓天下”的外衣。所以，从帝王开始，就有了表里不一、自相矛盾的表面文化，导致了厚黑学的产生。

而习惯于表里不一之后，人的外表竟然还表现得坦然自若、相当自然，好像事情真的就是那样，演技很高，只有等事情发生才会

暴露真相。所以，表里不一会混淆视听、掩盖真相，把人们置于搞不清楚弄不明白的境地，充满迷惑和欺骗性。这正是季老先生感慨的地方。

正是这种表面文化，使得很多忽悠者大行其道，挖空心思粉饰门庭，大做表面文章。搞一个让人觉得有实力的光鲜亮丽的外表，目的就是让人相信他、跟随他，这在社会上是屡见不鲜的骗术。我们不能被表面现象所迷惑。

所以，别看广告，看疗效。现在很多人讲话都言不由衷，他们会为了自己的信仰、利益或者尊严，不按自己的内心想法来表达。反正讲话既不交税也不问责，还不拣对自己最有利的话说？所以，不要光听说话，也不能光看表面，以别人饰演出来的行为来认定事实；我们需要擦亮眼睛，看透本质。如果了解了人类表里不一这个特点，可能很多上当受骗的事情就不会发生。

你必须视人说话的不真实性和人可能的伪装为客观存在，这样才能更好地适应这个社会。

趋利避害之人

常常有非常珍惜生命的“土豪”问我们这些汽车后市场专家：“坐车的时候，后排座椅是左边还是右边安全？”我们给出的答案是坐在左边比较安全。为什么？因为坐在左边和司机同侧，当车祸发生的时候，司机为了自救，可能会使他这一侧避开撞击，所以选择和他同进退，安全相对有保障。

司机的这个行为，是由人本能的求生欲望决定的。

电影《中南海保镖》里有一个片段：女主角不自觉地躲开了一颗子弹，将危险推给了别人，因此很内疚。李连杰饰演的角色告诉她，

你不要觉得自己不够勇敢，也不必因此内疚和自责。你是一个正常人，不是我们这种职业保镖，你的躲避就是人之常情。

作为生命来说，人最大的利益就是活着，最大的危害就是死亡。实际上，人的一生就是把求生避死作为最高目标的，所以贪生怕死并不能算一个贬义词，是人的正常反应而已，无可厚非。

法家代表人物韩非子在与秦始皇的对话中说：人渴望的是利益，害怕的是暴力，这就是趋利避害。一句趋利避害，将人性的特点勾勒得淋漓尽致。

我们可以假设一下：如果有人告知旁边马路上有钱捡，大家都会去，这是趋利。如果有人回来说是有钱白捡，但半路会有强盗抢劫，还可能伤人，有一部分想去的人肯定就不去了，这是避害。

我们公司的一个上游厂家曾经买了物业几个车位，停车的时候却经常发现车位被别人占用。于是，他们在车位上写道：“私人车位，请勿占用。”结果没有人理会这个，因为大家都趋利。后来话语被改成“如有私停车辆者，一律轮胎放气”，立刻就没人停了，因为大家要避害。

蚊子咬你的过程就是个趋利避害的过程。蚊子老在你身边转悠就

是趋利，要喝你的血；小心翼翼就是避害，怕你拍死它。

历代帝王再圣明，也解决不了家天下的问题。刘备明明知道自己的儿子是扶不起的阿斗，还是托孤给诸葛亮，而不是直接把天下交给诸葛亮。毕竟皇权至上，没几个人能经受得住这个诱惑，舍得这块蛋糕。这还是趋利。

孙悟空随意离家出走的毛病是被紧箍咒治好的，因为他要避害。

管理上的有奖有罚、恩威并济就是符合人性趋利避害特点的。策略上的软硬兼施、糖加棒子也是符合人性趋利避害特点的。

儒学在中国兴旺发达，和汉武帝时期董仲舒“罢黜百家，独尊儒术”有关系。然而，董仲舒不是仅仅提一个概念就能忽悠起来，他是把儒学和功名利禄结合在一起，让士大夫都能在学儒学后升官发财得到好处，从而大力地推动了儒学的发展。

所以，我们的教育不应该回避人趋利避害的特点。如果回避它，我们就会变得矛盾纠结、不知所措。我们在提倡社会公德、鼓励老百姓无私的时候，也不一定要打着道德和高尚的旗号。如果告诉大家，无私不是为了高尚，而是为了实现自己更大的利益，百姓接受这个观点，认为有利可图，就会纷纷来做。这就像董仲舒力推儒学一样，是

否效果更好？所以，如果我们想推某种价值观，最好是让人们看到这种价值观在现实社会对人实际的价值，让人们有行动的动力。这样在推行的时候，就相对轻松了。

小善大恶之人

我邻居的一个朋友二十年前用亲妹妹的身份证在北京买了一套房子，现在他想卖了，没想到还碰到麻烦了。

他妹妹和妹夫不承认这个房子是他的，两口子异口同声说这是他们当年借他的钱买的，他们现在可以还这个钱，令这位朋友惊恐无比。

为什么会这样？因为当年五十万的投资现在价值两千万了。

重利之下，血缘关系顿时变得尴尬了，人性之恶在此时体现出来。

人性是善是恶，以孟子为代表的“性本善”和以荀子为代表的“性本恶”观点在中华大地上争论了两千多年，没有最后的结论。实际上，我认为人性应该是小善大恶，分界就在事情的大小轻重这个点上。

如果世界上就人类一个物种，并且只有一个人，那就是性本善。如果不是这样，那就是小善大恶。不存在竞争、矛盾、冲突的时候，人会表现善；存在的时候，人就会表现恶。

最极端的例证就是对皇位的争夺：登上皇位后每天都能吃山珍海味，每晚都享受三宫六院，天下人都得跪在脚下听自己的，想干什么就能干什么。这个诱惑太大，谁也难以抗拒，于是人性大恶就暴露出来。

春秋时的楚穆王还是王子时，急于登上王位，提剑就要刺杀自己的父亲楚成王。楚成王提出想吃完熊掌再死，他根本不给机会，一剑就给刺死了。父子感情在皇位之下变得不堪一击。

发动“安史之乱”的安禄山、史思明都是因为儿子争权被干掉了，五代后梁皇帝朱温也为次子所杀。如果不是生在帝王家，多少杀戮应该能被父子情深替代，但皇位的诱惑之大，令血缘都无法抵挡招架。如果上面说的房子只是升值到一百万，兄妹之情肯定能保留下来，因为这个利益不足以让人心态失衡。

男人小便的时候插个队，很多的时候别人不会说什么，因为无关痛痒。大便的时候你要插队，不跟你急的人几乎很少。因为即使别人大便不急，等这个坑的时间也太久了，利益牺牲大了就不行。当然，女人连小便插队都不行，也是同样的道理。

所以，人就是小善大恶之人，小事表现善，大事表现恶。善与恶会在小处和大处分野，界线之上是人性善，界线之下是人性恶，善恶会在分界点上转换。

每个人身上都有这么一个分界点，只是对于不同的人而言，由于性格、家教、经历、境况等不同，点会有位置高低之分。有的人贪婪成性，见缝插针，无孔不入，没有底线；有的人高风亮节，还处处坚守着自己很高的良知。我们也以此来区分好人和坏人，一般高于社会平均线的，我们称之为好人，低于社会平均线的，我们称之为坏人。但人和人的区别，最终可能只是五十步和一百步的关系。

小善大恶之人，听起来会让我们有点难过，但了解这一点，它的意义却是积极的。有了这样的认识基础，我们就能客观看待人的表现，从而不过分奢求。碰到坏人坏事，我们也不会觉得太意外，因此也不会太受伤害，反而能做个心态阳光的人。而一味坚持“性本善”的认识基础，在现实社会可能会处处碰壁撞墙，遇到坏人坏事觉得不可理喻、不可思议，反而容易受伤害，变得心态不阳光了。

基于这个理论，人生在世要尽量提高自己的分界点，避开别人的分界点。

人性在于管理

由于人有表里不一、趋利避害、小善大恶等特点，所以人性需要管理，需要扬善抑恶。

提倡“性恶论”的荀子，是齐国稷下学宫的学宫长，相当于现在清华、北大的校长。他的观点是：老百姓需要用礼仪去规范，更要用法律去制裁。没有法制，尧舜都不行。何况尧舜都是圣贤级别的，一般帝王都是资质中等之人，所以更需要法律制度的维系。

西周时期人性优点尽情释放，因为战争未起，国泰民安，人们在周礼的引导之下就能被管理和约束。但春秋战国时期，烽烟四起，

人性弱点恣意爆发，礼崩乐坏，仁义道德已经成为奢侈品了。靠礼来约束的周王朝也因此江河日下，处境尴尬。秦国却在这个时期迅速崛起，因为商鞅变法使秦国有了严格的法律，秦国被管理得残酷却有秩序。

所以，人性善恶都在于管理，管理和领导的作用就是抑恶扬善。管理者应该针对人性的特点，去规范和约束人们的行为，将人控制在小善大恶的分界线之上。

管理大体应该落实在六个方面。

一、法律制裁。

我国的法律有“有法可依，有法必依，执法必严，违法必究”的十六字方针，这就能充分保障对人的错误和罪行进行制裁和打击，这就是我们通常说的法治。所以，法律能抑制恶。实际上，法律是手段而不是目的，制定法律最理想的效果就是利用人避害的特点让其望而却步，不去违法。所以，有了严格的法律才可能有严格的遵守，才可能有良好的秩序，人们反而能活得轻松，才更可能实现人人友善。

二、道德约束。

法律惩治不了的行为，就要靠道德来约束。国家需要加强道德建

设。社会提倡公德，百姓就能提升道德；社会充满正能量，人人就能自律，有觉悟、有姿态，环境就能融洽和谐，这就是诸葛亮等人非常推崇的德治。

三、规章制度。

这是法律之下、道德之上的约束，所谓帮有帮规，家有家法，公司有公司的制度。规章制度会让你做事有标准、行为有准则。

四、宗教信仰。

宗教信仰是人类心灵的寄托，是引导人们弃恶从善、举头三尺的神明所在。有了它的存在，人将会有敬畏之心，有忌惮之心。它有时就是一把戒尺，让人自发地来管理自己的行为。

五、文化引导。

儒家思想孔孟之道就是一种文化，是千百年来中国老百姓的主流思想。儒家文化也在管理人性上起到重要作用。

六、信用体系。

失信如果没有惩罚，相当于守信就没有价值，这样谁还会信守承诺？所以，建立信用体系，人就会收敛不妥的行为。这主要是针对人表里不一的特点进行管理。

法律抑制恶，道德提升善，制度让人有标准，宗教信仰让人有敬畏之心，文化引导人从善弃恶，信用体系让人有所忌惮。有了这些措施，人性之善将充分显现，人性之恶就无处藏身了。

仓廪实而知礼节，衣食足而知荣辱

十几年前，我们一个车队从北京出发，经107国道去海南进行汽车可靠性实验。路上经常会遇到道路两旁的村民设置路障，一般都需要花点散碎银两才能够放行。这种情况基本上都发生在比较偏僻贫穷的地方。

随行的同事们纷纷感叹“穷山恶水出刁民”，并把这个原因归结于这个地方的人性不好，但我却不这么认为。

这种行为有想不劳而获的成分，也可能由长期以来形成的风气、习惯所致。为什么“穷山恶水出刁民”？主要的原因还是因为穷山恶水所致。

吃不饱、穿不暖就会让你的思想跑偏，动作变形。

“仓廪实而知礼节，衣食足而知荣辱。”这是千古一相春秋时齐国管仲的名言，意思是：家里库存充足，老百姓就会讲究礼节；衣食无忧，吃穿不愁，老百姓就会在乎荣誉和耻辱。我们反过来理解就是：如果仓廪不实，衣食不足，人就会不讲礼节，不顾荣辱，就有可能出现刁民。因为马瘦就会毛长，人穷可能志短。

所以，管仲力主国家应该大力发展经济，他甚至为此还开办了中国历史上最早的妓院（当然，现在来看，这种方式不可取）。因为他深知仓廪实、衣食足，百姓才能知礼仪，政令才能畅通。管仲应该算一个深知经济基础决定上层建筑、物质文明决定精神文明的辩证唯物主义思想家。

我也见证过很多小微企业的成长，企业强烈的道德观和社会责任感都是慢慢建立起来的。创业的时候，生死存亡之际，企业活下来是第一位的。所以，有时候也不能空喊口号，仓廪实和衣食足是一个先决条件。

因此，我们不要单纯拿道德去评判人，有时也要看看他的条件和处境。填不饱肚子的时候不要奢望他，也不要强迫他有多高的道德。想要人们多做好事、不做坏事，先要把他的温饱问题解决，把人身的安全问

题和心里的安全问题解决。这就是美国心理学家马斯洛著名的需求层次理论。

做一个品德高尚的人，首先要做一个能让全家吃饱穿暖的人。

所以，“穷则独善其身，达则兼济天下”是人的正常本性，也是我们可以理解和接受的。人不能因为穷而变恶，为富不仁，否则就会受到大家谴责。人生应该保证在贫穷之时不做坏事，富裕之后多做好事。

对国家来说，国富民强是最重要的事情。横观世界，纵看历史，国民素质和国家的富裕程度息息相关。天天都能吃上鸡鸭鱼肉了，谁还为了抢几个馒头而大打出手？如果饭都吃不上了，难道就这样高雅地死去？实际上，这些都是不可能的。所以，做企业和搞管理，也一定要认识到这个道理。做企业一定要知道，企业的盈利能力是第一位的，员工的正能量都来源于这个基础。而做管理时，你要关注下属是否仓廪实和衣食足，这样才会有正确的管理方法。

努力创造仓廪实和衣食足，努力实现知礼节和知荣辱，就是努力实现物质文明和精神文明，而物质文明是精神文明的前提。

马斯洛的
人类需求层次

我曾经和做汽车售后的一位老板辩论：汽车修理厂技术最重要，还是服务最重要？我的观点是技术最重要，因为我是做技术出身的；他的观点是服务最重要，因为他是从国企领导的位置走出来的（这好像有点屁股决定脑袋的意思）。辩论的结果是我赢了，因为我举了一个例子他没法回答。

我问：发快递你会选择谁？

他说：我一般会选择顺丰。

我问：顺丰的服务态度好不好？

他说：不好（当年确实不好，现在好多了）。

我问：那你为什么选择顺丰？

他说：因为它快。

我问：服务态度不好你还选择它，为什么？因为它快，能解决你的刚需问题，快就是它的技术。所以，当你作为一个消费者进行选择的时候，技术就是你的首选，它比服务更重要。

他说：我们吃饭去吧。

辩论貌似我赢了，但分析并没有全面展开，道理也没有说透彻。作为服务行业的汽车修理厂，难道服务就真的不重要吗？当然不是的。这里面的道理是：当有两家技术一样的修理厂存在的时候，客户明显会选择服务更好的；可当一家修理厂技术好，另一家修理厂服务好时，客户就一定会选择技术好的，因为对客户来说，把车修好要比喝咖啡重要。所以，技术重要还是服务重要，就得看你的具体情况，也要看你所处的竞争环境。你如果没有技术或者技术不好，技术就是压倒一切的；你如果技术很好，服务就处于和技术一样重要的位置。所以，技术和服务，其实一样重要，但是有先后顺序的。

心理学家马斯洛的人类需求理论也是按照这种先后顺序来层层递进的。

1. 生理上的需求

2. 安全上的需求

3. 情感上的需求

4. 尊重上的需求

5. 自我实现的需求

人首先要吃饱穿暖，其次是生理和心理上要有安全感。有了这些保障，人开始寻求归属感和情感的寄托，然后就有了受尊重和价值感的追求，最后才有自我实现的需求。

几乎可以这么说：没有生理上的满足，不要谈安全；没有安全上的满足，不要谈情感；没有情感上的满足，不要谈尊重；没有尊重上的满足，不要谈自我实现。这个道理我们很容易理解：当你没饭吃或者吃不饱饭的时候，你就会不顾安全去寻求食物；当你的生命朝不保夕的时候，你哪有精力顾及情感和更高的需求。就像鲁迅说的，灾区的饥民大约不会种兰花，像阔人老太爷一样。

马斯洛的五个需求层次：生理、安全、情感、尊重、自我实现。其中生理和安全阶段是低级阶段，是生存的阶段，是物质的阶段。人在这个阶段，还是一种无可奈何被动的状态，更多的是要遵从客观的规律性。从情感这个层次开始，就是高级的阶段、生活的阶段、精神的阶段了，就能更多地发挥人的主观能动性了。



第四章

熟知自我　绽放自我

认识你自己

你是谁?

你从哪里来?

你到哪里去?

这是常见的看守大门的保安盘问来访客人的固定格式，却与哲学探讨的世界三大终极问题巧合。

希腊中部帕尔那索思山上的德尔斐圣地，被古希腊人称为世界的中心和地球的肚脐。就像中国人曾经认为的中原地区一样，那里也是文明的发祥地。一百多年前发动“戊戌变法”的康有为，就曾辗转来这里寻找真理。在此圣地的阿波罗神庙门楣上镌刻的神谕“认识你自

己”被西方认为是哲学的起源。这句话也是古希腊著名哲学家苏格拉底的哲学宣言和哲学思想的出发点，他的学生柏拉图更是对这一主题有深刻而详尽的论证。

西方哲学首先要求认识你自己，而中国的哲学也同样如此。认识你自己的目的就是要找到你自己，从而让你的生命燃烧起光芒，以及不一样的光芒。

哲学家尼采说：“生命中最难的阶段不是没有人懂你，而是你不懂自己。”

老子也在《道德经》第三十三章说道：“知人者智，自知者明。”这里的意思是，能了解别人的人很聪明，了解自己的人更明白，更了不起。

很显然，人的一生当中，认识你自己、绽放你自己，远比不认识你自己、盲目强迫你自己重要得多，效果也要好得多。一个人真正的幸运，首先决定于他在什么程度上认识自我和在什么意义上实现自我。所以，客观的自我认识很重要，人生既不能做井底之蛙，夜郎自大，也不能妄自菲薄，自甘沉沦。

人有的时候特别怕看不到自己的毛病，因为看不到，所以不能改

正缺点。我们不能“人不知自丑，马不知脸长”。

但是，人有的时候也更怕看不到自己的优点，因为看不到，所以不能很好地发挥自己。

只有客观地自我认识，才能够完善自我，实现自我，超越自我。

另外，世界不是一个人的世界，人生还要了解社会，读懂他人。孟子说：“万物皆备于我。”意思就是，万物之道体现在我们每个人身上，自我本身就是取之不尽、用之不竭的提炼素材。首先搞清楚我是一个什么样的人，就更容易了解别人和世界了。

所以，人生最重要的是先认识你自己。如果生命行将结束的时候还不知道自己是一个什么样的人，自己到底应该走一条什么样的路，这是人生真正的悲哀。

知己知彼，方能百战百胜。知己知彼，首先从认识你自己开始。

独一无二的自我

大学的一个同学曾经写过一首自由体诗，其中有一句我还记得很清楚：“和爱迪生比创造发明，我比不过他，但是比搬石头，他比不过我。”

他认真的表情告诉我们，他不是在搞笑，真就是这么认为的。

多么会给自己找优势！一般学工科的学生在这个叫爱迪生的人面前自信心都要被粉碎了，而我的这个同学居然还能找出这么个特点跟他比一比。

但是，我非常欣赏他的这种由他的这个观点支撑起来的哪怕看起来是盲目的自信。

的确，有很多别人擅长而我不擅长的，但那又如何，我也不必自卑。因为我清楚地知道，我也有我擅长而别人不擅长的，每个人都会是独一无二的自我。

俄国作家契诃夫说：“世界上有大狗和小狗，小狗不要因为大狗的存在而惊慌失措，所有的狗都要叫，就以上帝给他的声音叫。”

德国哲学家尼采也说：“你有你的路，我有我的路，至于说适当的路、正确的路、唯一的路，这样的路并不存在。”

成功是很难复制的，因为每个人特点都不同，环境和机遇也不同。但成功可以不断发生，就以你自己独一无二的方式发生。

每个人出生的时候都是原创，都是独一无二的自我，但是活着活着，很多人渐渐地就可能去“盗版”了。在模仿、扎堆、追随、盲从之下，很多人偏离了自己应该的方向，甚至变得面目全非，失去自我了。人生最忌讳邯郸学步。

没有必要始终模仿别人，模仿可以是起步、开始，但不能是始终。模仿别人可能就会失去自己的特点，模仿是无法超越的。画家齐白石说：“学我者生，似我者死。”所以，人必须找到自己的特点，做一个独一无二的自我。每个人一定会有自己独特的优势，就像一定会有自己

的短板和劣势一样，只要坚持一定会脱颖而出，重要的是必须要走具有自己特色的道路。

独一无二的我，要根据自己的特点，做独一无二的事。

如果是个诙谐幽默的生命，就没有必要走一本正经严肃的道路。

如果不适合千里杀敌，你就选择运筹帷幄之中，决胜千里之外。

有时候，可以敢为天下先。

有时候，可以安居中游。

有时候，可以甘为人下。

这些都可以，都是根据自己的特点来制定的路线。我是我自己，是独一无二的我。我找到了自我，别人也就找到了我。

真实的自我

鲁迅先生在他的小说《一件小事》里，看到三轮车夫对并非自己撞倒的老妇人的认真负责态度，感叹这种表现要榨出自己皮袍下面藏着的“小”来。

人生也应该尽可能地榨出藏在我们身上的“虚”和“伪”、“假”和“空”，做真实的自我。

我有一个高中同学，家庭状况非常一般，外貌条件不敢恭维，学习成绩也不是很好。可是，他很自信，经常自嘲自讽。我曾经好奇过他的自信心到底来自什么，后来发现他最真实，缺点从来不藏不掖，身上几个疤、几个痣都可以公开，是一个不折不扣的“真人”。因此，

他活得最轻松，因为没有顾忌。

真实而没有谎言，会使自己没有包袱，反而把思想负担甩给了别人。而如果习惯说谎、隐藏和伪装，不但对别人是一种误导和伤害，还弄得自己精神负担很重。

美国作家德莱塞说：“真实是人生的命脉，是一切价值的根基。”

真实的东西是最有力量的。明代文学批评家李贽说：“天下之至文，未有不出于童心焉者也，若失却童心，便失却真心，便失却真人。”意思是说：天下最好的文章，没有不是以童心般的真性实情抒写的，失去了童心就失去了真心，失去了真心就失去了真人。

人生要去伪存真，做真实的自我，不说假话、大话、空话，不做两面三刀、阳奉阴违的事情。人生要做真实的自我，还应该不贪虚荣、爱面子。最笨的人是活在面子中的人，最聪明的人是不活在面子中的人，打肿脸充胖子就是为了面子把里子丢了，吃亏难受的是自己。

勇气有时也不一定来自力量对比悬殊的优势，而是发自内心真实的需要，就像母亲对孩子。老子《道德经》第六十七章的“慈故能勇”，说的就是母亲因为爱孩子而迸发出无穷力量的一种真实的勇敢。

在当今社会，有时候在别人面前做到完全真实可能很难。真实的

自我真正的含义是，我们必须不欺骗自己。虽然有时候表面上可能伪装自己，但我们的灵魂一定要真实，做事要遵从自己的内心，不能像掩耳盗铃这样自欺欺人，心中要有数。

正视和尊重自己内心的感受和表现，坦诚接受我们的心情，做真实的自我，活出真我的风采。

人生最重要的是自信，自信的人生必须是独立的人生，独立的人生必须是真实的人生。

独立的自我

清代著名画家，扬州八怪之一的郑板桥老来得子，却不溺爱。他病危时要吃儿子亲手做的馒头，儿子不会，就命他请教厨师。等馒头做好时，郑板桥已经断了气，只给儿子留下一纸文字："淌自己的汗，吃自己的饭，自己的事情自己干，靠人靠天靠祖宗，不算是好汉。"

这个故事告诫我们，要做一个不依赖别人的人，不然就不算好汉。在现代快节奏的社会，如果你不能独立，不但算不了好汉，实际也可能处境很悲惨。因为靠山山会倒，靠人人会跑，父母靠不久，其他靠不住。如果你指望在艰难的时候别人出手帮你，那是件危险的事情。危急的时候把时间花在寻找救命稻草上，危险将会更大，因为你可能

浪费时间，贻误了战机。你也不要期待运气，运气也不会青睐依赖它的人，你唯一能依靠的就是强大而独立的自己。

人生要做一个独立的自我。

独立的自我指的是行动的不依赖和思想的独立，思想和行动都要做到独立。它具体包括两个方面：一是不依赖别人，不盲目依靠别人，自己动手，丰衣足食；二是有自己的个性和主张，不人云亦云，随波逐流。

你的生命不能依靠在别人身上，你的思想也不能寄托在他人手里。即使你的身体寄人篱下，你的思想也不能寄人篱下，至少不让思想有依赖性。德国哲学家叔本华说：“不要使你的脑子做了他人的跑马场。”

自己要成为自己的主人，自己要有自己的安排和打算，不要活在别人的节奏里。根据自己独特的客观情况，要有和别人不一样的打法。千万别走着自己的路，却看着别人的路，这样肯定走不好。

如果看到别人步伐悠悠，自己就放松懈怠，可能很快就要败下阵来，失去优势了。如果看到别人步伐太快，自己就沉不住气，反而变得不如从前了。这些都会乱了自己的节奏，乱了自己的方寸。

所以，当你领先的时候，要警惕自己今日之辉煌，相信他人明日

之灿烂。当你落后的时候，要忍看他人今日之辉煌，坚信自己明日之灿烂。要按照自己的步骤走，别让别人的一举一动扰乱你的计划。

有时候做决定就不要过多地与别人讨论商量，因为他们对实际情况的了解并不像你一样多。

有时候找别人倾诉和抱怨也没有太多意义，可能只是在寻找心理安慰，并不能真正解决问题。

生活中很多人存在的最大问题，不是没有真材实料，也不是没有努力，而是没有独立的自我。虽然一身武艺，人生却并不成功。因为总是风吹草动，随波逐流，不能坚持自我，所以状态很难出来。

而有独立自我的人则很容易进入自己的意境，不跟风动摇，不为诱惑所动，不轻易被忽悠，不过于在乎别人的看法，也不太分心去揣摩别人，因此没太大负能量，也不浪费时间。这种人的状态就很容易出来。

所以，人生要斩断思想的依赖，停止行动的依靠，养成独立思考、判断分析、解决问题的能力和习惯，做一个真正独立的自我。

不在乎别人的自我

曾经有人说：“不畏人言真英雄，人生到此是豪杰。”意思是，不要太在乎别人说什么。

这句话对人的一生来说非常受用。

因为一旦你把别人的评价和看法、赞扬和批评、赏识和指责看得重要，并且当成了生活的食粮和必需品，就开启了噩梦一般的人生。

有一个故事说的是父子俩赶驴去集市买东西。开始时，父骑驴，儿走路，路人说：“真狠心！自己坐着，小孩却在步行。”于是，父下儿上，路人说：“真不孝顺！父走路，儿却骑驴。”于是，父子都上去，路人又说：“真残忍！驴怎么受得了？”于是，两人都下来，可路人又说：

“真傻！有驴也不骑。”于是，父子俩只好抬着驴去了集市。

父子俩在众人的议论下无所适从，完全被舆论左右了。如果现在演艺界和娱乐圈的明星也像这样在乎别人的口舌，恐怕早就被唾沫淹死了。

所以，不要活在别人的眼光里，不要活在别人的口水中，也不要在人群中刻意寻找赞赏和善意的目光。我们活在世上的目的，并不是要穷尽一生的精力，来得到别人给予我们的好评与赞赏。别把好感和面子当饭吃，当水喝，当空气来呼吸，人不能依靠这个生存。如果我们最后落魄地终结一生的时候，还在乎别人对我们的评判，就真的辜负了生命的本意，人生的意义大打折扣。

所以，人生要做一个不在乎别人的自我，我们要清楚地认识到以下几点。

一、生命是自己的，与他人毫无关系。

学者易中天在中央电视台《开讲了》节目里谈到别人对他的质疑时说：“我为什么要为别人而活，他们又没给我生命，也没有养育我。”

的确，我们的生活应该围绕自己、围绕我们的家庭、围绕我们的亲人和朋友展开，而不是围绕毫不相干的人。只要不做坏事，对得起

良心，我们干什么，何必在乎别人说什么。

无论贫穷或富足、得意或失意，谁也不能剥夺你在路上行走的自由、人群中坦然的自由、与人不卑不亢交往的自由、决定自己行动的自由。生命是自己的，与他人毫无关系。

二、人生不是让别人看得精彩，而是自己要觉得精彩。

楚霸王项羽就是败在太在乎别人的看法和评价上面，以至于兵败不肯过江东，自刎乌江。他曾经说过一句话："富贵不归故乡，如衣锦夜行，谁知之者！"意思是，人富贵了不回家乡，就像晚上穿了华丽衣裳行走，有谁知道自己。这句话就证明了他爱慕虚荣。爱慕虚荣的人常常会为他人的看法而活，觉得别人看得不精彩了，自己就觉得不好意思了。楚霸王的命运引来了千古叹息，唐代刘禹锡就在他的诗中惋惜道："胜败兵家事不期，包羞忍耻是男儿，江东子弟多才俊，卷土重来未可知。"

你如果太在乎别人，其实就是把命运交到了别人手里。

三、没有人是你一生的判官。

面对别人不好的评价，或者领导的批评，或者评委的差评，就认为是对自己的全盘否定，这是自我认识不够的表现。不必太在意，没

有人是你一生的判官。别人的评价也许是张口就来，领导只是就事论事，评委也只是对单次表现做一个有可能并不客观的点评。不要被这些评判左右，坚信自己的内心评判。别人是不可能把我们看透的，我们也不能被别人说死、看死了，如果真是这样，那一定是你把自己想死了。

四、物质上不要靠别人的打赏生活，精神上也不要靠别人的打赏生活。

不要老在乎别人的感受，不要老为了迎合别人来调整和改变自己，不要一辈子为了适应别人而活。人生该做的事情太多了，没有那么多时间和精力去揣测别人对我们的看法与评价。相信自己，如果别人不认可你，你要做的是努力提高自己，而不是去迎合别人。你没有必要要好感，要欣赏，要掌声，要面子。别人的看法对你来说其实一点都不重要，只要你的内心足够强大。

如果习惯活在别人的掌声中，活在别人的赞美声中，这个习惯就会成为你的软肋，就会被他人左右，被他人掌控。你若不在乎这个，别人就对你无可奈何。

五、水淹过来我走开，惹不起躲得起。

不要被别人的语言、表情、脸色、态度和行为左右，也不要被闲言碎语、流言蜚语轻易中伤。面对别人的批评和潮水般的攻击，我们应该有钢铁般的意志。

你不能左右别人不说，但你能决定自己不听。别人总不至于持枪逼迫吧？对于别人的议论和猜忌、诽谤和中伤，如果能做到视而不见、充耳不闻，我们就会坦然和轻松多了，人生也会幸福多了。

所以，人生不要太在乎别人，不要把自己的时间和生命浪费给别人。

不取悦他人的自我

作家张爱玲曾经写过：“见了他，她变得很低很低，低到尘埃里，但她心里是欢喜的，从尘埃里开出花来。”

现代人经常用卑微到尘埃里来描写张爱玲对胡兰成的爱情。

尽管张爱玲说她心里是欢喜的，还能从尘埃里开出花来，但我们都知道这段感情的结局是悲惨的，胡兰成轻易就背叛了张爱玲，转身娶妻纳妾。

这应该还不完全是张爱玲运气不好，没碰对人的问题。这里面其实蕴藏了一个道理，似乎在解释着这个结果的必然性。为了取悦他人将自己卑微到尘埃里，结局肯定是不好的。你可以将自己卑微到尘埃

里，但没有人会喜欢尘埃里的你。

总是在意别人的感受，总是怕别人不开心，对方一失落就紧张，对方一生气就惶恐，对方一道歉就心软。觉得自己不应该生气，生气都是在计较，都是小心眼儿。说话谨小慎微，轻易不敢开口。宁愿自己受委屈，自己的心在滴血还在考虑别人皮肤的瘙痒。一肩挑起别人的喜怒哀乐，却压得自己喘不过气来。这就是过于取悦别人的表现，这对自己来说是很不轻松的，也是非常不公平的。

别人对我不好，我就检讨自己是否做得不够；别人对我好，我就想对别人更好，因而丧失原则，没有了标准。害怕伤害他，害怕他难受，为了取悦他而去迎合他、迁就他。这种关系一旦被背叛，就感觉天崩地裂、地动山摇，自己也会生出格外的仇恨。

卑微到尘埃里开出的花，一定会自我毁灭。

爱情是这样，人生更是如此，我们要做不取悦他人的自我。

不要试图让所有人都对你满意，或者让人对你的所有都满意，在这个世界上不可能有这种结果。因为青菜萝卜各有所爱，套用现在的流行语来说，你不可能是所有人的菜。

你不可能让所有人都喜欢你。如果做了一个正确的决定而一些人不

满意，这对于人生来说就是很正常的事情，这个决定你就必须做。

不依靠别人物质打赏来生活，也不要依靠别人精神打赏来生活。老想取悦他人，向别人一再地解释，也是一个没实力、不自信的表现。当别人误解的时候，恨不得掏心递肺去向他解释清楚，就是太不相信自己了。人生在世，不需要向别人多做解释。

苏格拉底说："不要靠馈赠来获得一个朋友，这样的朋友有可能不是真朋友。"的确，这一定不是真朋友，这种以馈赠取悦的朋友就是酒肉朋友。

人生也不要靠取悦来获得一种关系或感情。人生要认真地与人交往，要真诚地与人相处，但有时候对待关系无须太拘泥，也不必太认真。天下没有不散的宴席，明天还有更好的约会，人生也将有更好的朋友。不必无法自拔于和别人相处的关系之中，也不必为了关系而无限地取悦别人。一味取悦别人会对你形成压力，这样的人生将不会痛快。

人生不可能面面俱到，点点都能兼顾。人生没必要太在意别人，要做一个不取悦他人的自我。

自信人生二百年

英国前首相丘吉尔有一句名言：“自信是人类一切德行之首。”

一点都没错，谁要想永骑成功之马，谁就必须攥紧自信的长鞭。自信占了成功素质的大部分，不是有钱就能任性，而是自信才能任性，如果我自信，我就是我，我就是明天。

人生若自信，任何人、任何事情都影响不了你。自信可以把很多事情搞定，而不自信则是造成人生大部分阴影的罪魁祸首。自信的人恐怕很难体会到不自信的人的状态，比如说，在公共场合下的紧张：脑子一片空白，精力怎么也集中不起来。所以，很多人在公共场合、大庭广众之下或者比赛现场表现不佳，不是不会，而是不敢，没有自信，

才艺都发挥不出来。

与人交流没自信，闪躲在人群中你就会错过很多机会；做事没自信，简单的事也会变得复杂。不自信就是一包潮湿的火柴，很难点燃前进的火焰。

所以，我们一定要让自己自信起来。自信心虽然有先天性格的成分，后天的努力和方法也是无比重要的。树立自信应该着力于以下几个方面。

一、建立客观的认识。

客观的认识对找到自信很重要。不要被别人的强大吓倒，每个人都不可能完美，每个人都有缺点；也不要被自己的缺点击垮，这一定不是自己的全部，自己也有优点。所以，认识到别人也有缺点，自己也有优点，信心就会在不完美理论中建立起来。

二、寻找天生的优势。

有了客观的认识后，要想办法尽快找到自己的优势，然后寻求优势上的突破，快速地进入人生的良性循环。这样你就会越来越自信。

三、努力达成比较优势。

如果自己相对于别人有优势，你就会拥有更多的自信。所以，平

时我们要努力制造比较优势，比如将知识装进脑中才能将自信植入心中，“腹有诗书气自华”说的就是这个道理。这其实就是我们通常说的各种实力，自信心有时是要靠实力来支撑的。

四、用成功来鼓舞。

尽可能做成一些事情，很少有人在没有一个人认可的时候还满怀信心。自信也要靠欣赏来激励，靠成功来鼓舞。失败不见得是成功之母，有时可能更多带来一些阴影，因而影响自信。

五、用价值感来强化自信。

在这个世界上，给人带来物质财富和精神力量的人，都是受到别人欢迎而被别人认可的人。当认为自己在别人眼里是个有价值的人的时候，你就会因为这种价值感而充满自信了。

六、不要扼杀无知而无畏的状态。

有时候，自己不知道或者没意识到自己不行，反而能发挥得更好。有时候，自负的人那种盲目的找不到理由的自信，这种状态哪怕有些不客观，也是一个积极的态度，要比自卑好。所以，不自信的人应该吸取一些哪怕是盲目的自信。当然，自负的人就不能长期保持这种状态。

七、建立强大的内心。

自信心不能光依靠比较优势、光靠成功鼓舞，最终还是要建立自己强大的内心。真正的自信并非全是压倒对方后的比较优势；有比较优势才敢发声，没比较优势不敢吭气，这不是真正的自信。只要你内心足够强大，充满有时候说不出理由的对自己的相信，人生就没有什么难办的事了。

不管怎样，自信心应该像一个不倒翁，即使被无数次拍打和压制后，依然昂首挺胸，不屈服地一次又一次站起来，就像毛泽东在他的诗里写的一样，“自信人生二百年，会当水击三千里”。

接受缺点，
发挥优势的自我

阅读了一些春秋战国时期诸子百家的书籍后，我感觉能够和古人隔空对话，毫无障碍，惊讶几千年人性都没有变，也感叹性格的顽固性。所以，对自己身上固有的缺点，我也不想用一辈子的时间去改了。

台湾综艺节目主持人吴宗宪曾经说："常胜将军不是在各个战场都能赢的将军，而是自己会选择能赢的战场的将军。"所以，人生最好的方法就是寻找自己的优势，选择自己的战场，打一场自己擅长的战役。

不必为自己的缺点而自卑。古今中外，没有一个人是只有优点而没有缺点的，要学会接受自己的缺点。别人的优点你没有，别人的缺点你也没有；你的缺点别人没有，你的优点别人也没有。所以，我们

何必对自己的缺点耿耿于怀，对自己吹毛求疵呢？人不怕有缺点，就怕认识不到自己的缺点，不正视自己的缺点。

有时也不必因为某个缺点而花一辈子时间去改正它，因为时光有限，生命匆匆。有的人不允许自己有缺点，所以几乎穷尽一生的时间，动用整个生命的力量去改正缺点，可最终却发现效果不佳、结局不好，而回头已不可能了。这其实是一个非常大的方向错误，有可能缺点还没改好，生命就已经走到了尽头，真的不划算。

生命是短暂的，精力是有限的。人不应该把一生的重点和精力都放在不断改进自己的缺点上来使自己完美，而应该经常挖掘自己的优点，集中优势来爆破。“木桶短板理论”并不适合人生发展，成功的捷径在于尽早发现自己的长项，然后无限聚焦，这也是毛主席的战略思想——“集中优势兵力打歼灭战”。

有些缺点可能是我们前进的阻力、成功的障碍，但要不要花大力气去改正，恐怕得视情况而定，有时要改正缺点，有时还不如弃之不顾。尤其在现代社会，节奏那么快，如果花太多的时间去改正缺点，可能会错失很多机会。所以，把时间花在改正缺点上，还不如放在发挥优势上。

比如，一个生活没规律、不能自我约束、管不好自己、非常感

性的人，让他去管理别人，可能就会很难，为此就得调整和改变很多，这活就没必要干了。他做一个天马行空的艺术家或者设计师是否更好？

有的人在与人交往和交流方面，始终不得要领，大概也是性格所致。所以，最明智的做法是，不要想着在这方面突破，做一个技术工作者也许更好。

另外，从心理学的角度来说，如果你老在关注缺点、改正缺点上聚焦，会使自己的阴影不断重现，更容易使自己心灵脆弱。

当然，如果是必须改正的缺点、影响人生的致命缺点必须改。但是，无关痛痒的缺点可以潇洒地放过，需要太大力气改进的也要考虑学会跳过。

所以，如果有一天你决定不去拼命改正自己的缺点，而是接受自己的缺点来做事情，也许就会收到奇效。

人生首先要做一个接受缺点的自我，然后才能做一个发挥优势的自我。人生一趟，最好是将精力放在优势上淋漓尽致地发挥，才会取得最佳的效果。

自我欣赏的自我

美国心理学研究有一个著名的伤痕实验。科研人员召集一批进行实验的志愿者，每位志愿者都被安排在没有镜子的小房间里，由好莱坞的专业化妆师在其左脸上化出一道血肉模糊、触目惊心的伤痕。志愿者被允许用一面小镜子照见化妆的效果，然后镜子就被拿走了。

化妆师表示需要在伤痕表面再涂一层粉末，以防止它被不小心擦掉。实际上，化妆师用纸巾偷偷抹掉了化妆的痕迹，对此毫不知情的志愿者被派往各医院的候诊室，他们的任务就是观察人们对其面部伤痕的反应。

规定的时间到了，返回的志愿者无一例外叙述了相同的感受。人

们对他们比以往粗鲁无理、不友好，而且总是盯着他们的脸看。

实际上，他们的脸与往常并无不同，什么也没有。他们之所以得出那样的结论，就是自我认知影响了他们的判断。

这是一个意义深刻的实验，首先证明一个人在内心怎样看待自己，在外界就能感受到怎样的眼光。从容的人感受到的更多是平和的眼光，自卑的人感受到的更多是歧视的眼光，和善的人感受到的更多是友好的眼光，而叛逆的人感受到的更多是挑衅的眼光。另外，这个实验还验证了另一个道理：别人会用你看待自己的眼光看待你。实验者实际得到的，也是和他们感受相同的别人的态度，因为你的内心想法会决定你的表现，而你的表现会引起别人的反馈和互动，因此别人就会适应、配合你的想法而表现。

所以，如果你欣赏自己，别人也会欣赏你；如果你不欣赏自己，别人也会像你一样讨厌你。

因此，最不聪明的人就是不自我欣赏的人。自己看不起自己，自己不喜欢自己，几乎是人生最大的缺点。有的人甚至还厌恶自己，憎恨自己的缺点，一提到自己的缺点，恨不得将自己深埋。这样哪里还有生活的自信和勇气，如何能在和别人的相处中得到正面的回应？

我们应该知道，如果不自我欣赏，如果憎恨自己的缺点，我们将深深地被这些负能量占领，而这些负能量将有可能压得我们喘不过气来，连责任都可能担当不起，更别谈自我实现。所以，我们不要常常责怪自己。我们应该这样认为：我的优点是我的优点，我的缺点是我的特点。只有这样的心理描述，才不至于引起自卑，才能做到在心底里爱自己；只有爱自己才能爱这个世界，才能爱别人。所以，不管怎样，哪怕别人说我们或者我们自己都觉得一无是处，也要学会爱自己。即使看起来好像自己什么也不是，那又怎样？谁还能因此剥夺我生存的权利？人世间最有价值的心理素质，就是能无拘无束地行使自己合理合法的权利。

欣赏自己的优点，承认自己的缺点并坦然接受它，就像伟大人物一样毫不在乎自己的缺点，毫不掩饰对自己的喜爱。

我爱我自己，我欣赏我自己，包括我的优点，也包括我的缺点。

不抱怨的自我

几年前的一个早晨，我像往常一样开车去单位上班。在一个路口等红绿灯的时候，有一辆1.8升排量的奥迪军用车和我的车并排在另外一个车道。红灯变绿灯之后，由于我的车是一辆4.0升排量的雷克萨斯，车辆轻而马力大，起步便如同离弦之箭，直接就拉开了和这辆车的距离。

那位驾驶员很显然认为这是我对他的挑衅，奋起直追，车声隆隆中有种他已经把脚踏进油箱的感觉。伴随着发动机几乎快要哭泣的声音，他终于追上我了。他把车窗降下，嘴上骂个不停，还朝我竖起不文明的手指，我感觉到他极度愤怒。

他继续加大油门超我，还不时地回头看我，显然余怒未消。在拉开我大约50米距离后，伴随着发动机沉闷的一声响，他的车熄火趴在路上了。根据我的专业判断，他的车应该是发动机拉缸了。

我又很自然地从他身边超过了，他还冲着我大喊大叫。

多么微小的一件事，竟然引发这样一个结果，真有点让人不可思议。这哥们儿真是赔了夫人又折兵，生气的时候肯定会血压升高，心跳加快，呼吸急促，全身发抖。这样伤身体，伤元气，而生气导致的不理智行为使得自己的车辆还遭受损失。

其实，即使我存心故意，他也不必如此反应，完全可以一笑而过的。这都由于他喜欢抱怨，抱怨引起了冲动。这种没有意义的抱怨，反而让他自己成了最大的受害者。

抱怨最大的受害者一定是自己，如果你抱怨一件事，气得够呛，那么吃鲍鱼都无滋无味，而不抱怨最大的受益者也一定是自己。

安徽卫视曾经推出过一个名叫《我是演说家》的栏目，里面有乐嘉战队的选手崔万志，曾经因为身体残疾被中学拒收。他父亲跪求校长，可校长还是把他的被子扔出了校门。崔万志没有抱怨，只是默默地从此更加努力，终于出人头地。现在，他的旗袍生意已做得相当成功。他激励自己：没有为什么，抱怨没有用，一切靠自己。

是的，成天哭天抹泪的有什么用？改变不了环境和别人，我就改变自己。

社会有时是不公平的，人的表现有时也不尽如人意。即使这样，我们也不要抱怨，不为别的，只因为抱怨没有用。抱怨不但没有用，反而让你把时间和精力浪费在负能量上，白白消耗自己的生命。有人感叹时间都去哪儿了，有可能都拿来抱怨了。

毛泽东就曾写诗劝诫爱抱怨的柳亚子："牢骚太甚防肠断，风物长宜放眼量。"

老子在《道德经》第六十三章说道："大小多少，报怨以德。"这就是我们通常说的以德报怨。其实以德报怨并不是高大上的理论，也不是站着说话不腰疼的说教，确实有益于我们自己。因为以怨报怨，冤冤相报何时了，怨恨会无穷无尽，伤害的反而是自己；以直报怨，怨恨也会你来我往，浪费时间；而以德报怨，怨恨就会化解，事情就会到此为止，负能量就会消失，自己也成了最大的赢家。

即使是仇恨，君子也应该以德报怨。正确的做法是让仇恨、怨气点燃动力，激励自己走向成功，用成绩和成就去报复你的仇人。今天你对我爱搭不理，明天我让你高攀不起，这样就是正确的态度。

人生中要学会做一个不抱怨的自我。

第五章

熟知他人　相融共生

世界姹紫嫣红，人们千姿百态

去年我接待了国外的一些朋友。我用心做到应该令所有中国人都很感动的陪侍服务，却并没有换来他们的感动，他们走的时候感觉并不开心。

中国人热情好客，对远道而来的客人希望能尽地主之谊，照顾得无微不至，不想让对方留遗憾。这是中国文化。而他们的文化是，希望自己有一些自由和空间，看点自己喜欢看的，干点自己想干的事情。他们觉得来中国后被安排了。

这就是典型的文化差异和冲突。

中国人有时候人情大于一切，认可没有功劳也有苦劳的说法。

酒桌上的热情即使导致伤肝伤胃进了医院，还是觉得对方仗义、够意思，还会在心里享受这份热情和友谊。而西方人不觉得苦劳就是功劳，在酒桌上苦苦相劝就是一种强迫，就是绑架别人。

自然世界姹紫嫣红，人类世界千姿百态。人们会根据地域、国家、体制、文化、信仰、环境、性格和经历不同而表现出差别。

七大洲四大洋，一方水土养一方人。所谓靠山吃山，靠水吃水，靠山的人们会狩猎，靠水的人们会打鱼，多山多水的地方人们内心细腻，少山少水的地方人们内心粗犷。地域不同，人的特点就不同。

国家和体制不同，人就会体现出区别。人类是自然界的一个物种，人与人之间本质上是没有区别的。但是，在不同的国家管理之下，在不同的制度引领之下，人和人就会出现差别。

文化和信仰不同，人也会体现区别。文化和信仰都属于精神文明的范畴。文化和信仰就是人的精神引领和归属。人在解决温饱之后，最需要解决的问题是精神文明，文化和信仰与人的幸福指数息息相关。

生活环境不同，人也会体现出区别。环境对人很重要，“孟母三迁”的故事说的就是环境的重要性。环境的力量很大，它就像地球

引力一样，将人紧紧吸附在它的磁场里，常常会使人同化在其中而很难抵抗。

性格不同，人也会体现出区别。大部分性格特点是每个人天生血液里体现出来的。性格对人的影响也很大，不同的性格会有一些不同的表现。

经历不同，人也会体现出区别。有的人居庙堂之高，格局很大，眼光很远，理论高大上，却有点不接地气。有的人处江湖之远，长期在基层处理各种矛盾纠纷，深知民间欢乐疾苦，眼光却受到一定局限。经历不同会带来对生活理解的不同，也会带来做事风格的不同。

人们会由于各种原因产生区别，千人千面。有人细腻，有人粗犷；有人善良，有人险恶；有人素质高，有人素质低；有人喜欢安静，有人喜欢冒险；有人特立独行，有人喜欢附和；有人逞强好胜，有人息事宁人……总之，每个人的特点都不一样。

知己知彼，百战不殆。即使不是打仗的敌人、竞争的对手，人生也需要认识别人，了解别人，理解别人。掌握人们不同的特点，我们就能更加融洽地和别人相处，世界就能更加美好和谐。

中西方世界差异

传统中国和西方的差异，首先应该是几千年特色的封建帝制与西方长期实行的宪政制度形成的文化区别。封建帝制是高度集权的国家管理形式，是君君臣臣父父子子的结构框架，强调的是三六九等的等级观念和社会秩序，强调的是伦理道德约束。而西方文化强调自我权利、强调法律约束，社会秩序是建立在民主、自由、平等的基础上，也是用法律制度来维护的。

中国和西方在对人的本性认识上存在区别。中国文化推崇性善论，所以主张德治；西方文化推崇性恶论，所以实行法治。因此，中

国传统社会的约束顺序排列是情、理、法，而西方的约束排列顺序是法、理、情。这种排序形成了一种被普遍认可的观点：中国人的脑袋是“圆”的，西方人的脑袋是“方”的。

中国和西方在信仰上也存在区别。过去中国大部分人信奉的是孔孟的儒家思想，儒家思想也是在皇权和帝制下产生的，其根本还是为统治服务的。但是，儒家思想很多的做人道理、行为准则等，还是给人以积极和正面的引导。儒家思想也是基于人性本善的思想。西方大部分国家信奉的是基督教，基督教是西方文化的基础。而基督教是为民生服务的，基督教的思想是人性本恶的思想，是为了普度众生而产生的。

西方完善的法律和惩恶扬善的宗教信仰约束了人们复杂的思想行为，使人们的脑袋变得“简单”起来。真正的聪明和智慧产生在中国这个文明古国。中国人办理事情有太多的想象空间和太大的发挥空间，人们在这种环境下绞尽脑汁，虽饱经辛苦却也历练成人。在这种环境下，人和人的关系是博弈的，是动态的。所以，老子在《道德经》第一章里面说“道可道，非常道”，也是在感叹这种关系的复杂。

当然，这些还和中国文化从古就有研究人的智慧有关，长期兵荒

马乱的年代给研究这些理论提供了素材，就像做饭要食材、生活要素材一样。中国更重人文研究，而西方则更关注自然和科学。

在当今中国社会，很多人都是留一半清醒留一半醉。就像某位小学校长，他既要抓好学生成绩，又要面对上级要求为学生减负的检查，所以他要在业务上发挥一半的能力，留一半聪明才智在适应社会和对关系的处理上。这些对西方人的“方脑袋”来说，恐怕是适应不了的，而中国的私企老板也很不适应。

中国和西方的差异，也是农耕文明与海洋文明的文化上的差异。农耕文明是讲究经验与传承的文化，海洋文明是讲究冒险与突破的文化。所以，中国文化讲究内在超越，强调自我突破；西方文化讲究外在超越，强调借助外力。

中国是一种内敛文化、回收文化，西方是一种外向文化、释放文化。所以，中国人相对内向，而西方人相对外向。

中国是圣人文化，西方是百姓文化。西方文化推崇自由的生命，中国文化更看重流芳百世、永垂不朽。

中国文化更重家庭、重团圆，西方文化更重自我、重自由。中国父母对子女的期望更大，子女对父母也更孝顺，血脉纽带更紧密，家

庭也会更团结。

中西方还有很多差异，我们更多地了解这些差异就能更完整地了解这个世界。

中国南北人不同

秦岭和淮河将中国在地理上划分为南方和北方，南方和北方在很多方面存在着很大的差异。

中国历史上的重心一直在北方，经过西晋“永嘉之乱”、唐朝“安史之乱”、宋朝“靖康之耻”后的三次衣冠南渡，南方才逐渐得以发展繁荣。后来基本上是北方成为政治中心，南方成为经济中心，很长时间都保持了这个特点。

南方和北方存在以下比较明显的一些差异。

在地理特征上，南方山多水多，北方一马平川，所以南方多船，北方多马。在粮食种植上，南方多种大米，北方多种小米、小麦、高

粱、玉米，所以，南方多米，北方多面。一个吃细粮，一个吃粗粮，导致南方人偏矮，北方人偏高，南方人偏瘦，北方人偏壮。在语言上，南方隔山一个音、隔河一个调，方言繁多，而北方比较统一。在气候上，南方多雨，北方干旱，所以南方多洪涝，北方多旱灾。在房屋建筑设计上，南方多为尖屋顶，而北方多为平屋顶；南方多为敞开暴露的结构，而北方多为封闭四合的结构。在工业上，南方的轻工业发达，北方的重工业发达。在服务上也存在差别，南方人内心细腻，服务周到，北方人不拘小节，比较豪爽。

南方的文化和北方的文化也大不相同。南方是一种竞争文化，北方是一种生活文化；南方人生活在比较优势上，北方人生活在内心需求上。所以，南方人重奋斗，北方人重享受；南方人重改变，北方人重现实。北方文化是一种高调文化，南方文化是一种低调文化；北方文化是一种表面外向的文化，南方文化是一种表面内向的文化。南方人喜欢和气生财，和平共处，北方人会尚武好斗一些。

南方好山好水好风光，王维的“红豆生南国，春来发几枝”、白居易的“江南好，风景旧曾谙，日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”都描写了对江南风景的怀念，都反映了“游人只合江南老”的人文理想。

而北方的风景一般比较粗犷雄壮，少有南方山水的钟灵毓秀。

南方的经济相对更好，曾经的金陵、杭州、扬州、益州都出现过类似《清明上河图》所描写的盛况。经济繁荣带来物质享受，所以在宋朝，对于那时候大部分还光着脚在丛林里以狩猎为生的金人来说，一旦接触了这一切就再也不可能无视，心情再也不可能平静。《说岳全传》里就道出了金人“每想起中原花花世界，一心想要夺取大宋江山”的真实想法。凭借着魁梧彪悍的体格，凭借着尚武好斗的性格，凭借着“光脚的不怕穿鞋的”的勇敢，金人终于占领了汴京这座花花世界般的城市。这句话是对中原经济的描写，也是对北方金人特点的描写。

南北还有很多差别。当然，现代随着交通的发达、来往的频繁、互联网的普及，南北的互动增加，导致两种文化在慢慢融合。但是，地域的差别和几千年的文化遗留依然还在影响南北的人们，差异还或多或少地存在。我们要客观认识到这种不同，以便于采取更正确的一些方法。

你以为的不一定是
你以为的

那英在一首歌里唱道：“你永远不懂我伤悲，就像白天不懂夜的黑。”意思是，你不是我，所以我的痛苦你是理解不了的。

这就是《庄子·秋水》里著名的“子非鱼，安知鱼之乐”的理论。同样，身体好的时候是无法完全体会身体不好的时候病来如山倒的感觉的，而身体不好的时候也是无法完全想象身体好的时候的身轻如燕的感觉的。燕雀安知鸿鹄之志哉！鸿鹄安知燕雀之痛哉！不自信的人哪里能理解自信的人的志向，自信的人又哪里能理解不自信的人的痛苦？

所以，你以为的很可能不是你以为的。

每个人都是用主观意识来认识这个客观世界的，更多的时候是主

观指导大于事实指导。评价一个人和一件事，很多观点都会带着自己的主观色彩，很难做到客观。

美国著名心理导师卡耐基曾经举过一个例子：一个十恶不赦的杀人犯发自内心地说这个社会辜负了他，他的心拔凉拔凉的。在鲜明的事实之下，这个罪犯都没有在心底忏悔和承认他的罪恶，你就能想见这个世界会有多少人能真正客观地看待问题。

由于认知的问题，人们经常会看不到、看不懂、看不透自己的问题，就像乌鸦站在煤堆上，看到的是煤的黑，看不到自己的黑。因为乌鸦“只在此山中，云深不知处”，所以只会说煤黑而不说自己黑。

人们做不到客观大致因为两个原因：第一，看问题基本上都是带角度、受局限的，因而会片面，很难全面、整体地得到结论。第二，主观上自动偏离了客观，因为站在不同的阶级和立场，要维护自己的利益，因此也就失去了客观。

所以，有时候做事情就不要以自己的脑袋去想象别人的脑袋，一样的外壳包裹的是不一样的想法。一个人一个内心世界，一个人一种思维方式，每个人会用自己的思维方式思考问题，别人理解你说的话也会加上自己的思维。有的时候，人们还会坚持自己的观点，认为别

人固执，尽管自己最难说服和改变。并且，每个人也只是表面是否臣服，内心的抵抗几乎是肯定的。

所以，别总自以为是，你以为你以为的就是你以为的？

不可能人人都机智如你、智慧如你、深刻如你，也不可能人人都笨拙如你、愚蠢如你、肤浅如你。

春秋战国时期，宋国的宋襄公、楚国的楚怀王就是以自己的仁义、理想和天真去想象对手，结果一个遭受灭顶之灾，一个踏上了不归路。你用自己的思维方式去想象别人，但别人并不是你这么想的。

老子在《道德经》第七十章写道："吾言甚易知，吾言甚易行，天下莫能知，天下莫能行。"意思就是，我的理论非常好懂，我的理论很好执行，天下没人能懂，没人能执行。这是老子在抱怨天下人不懂他的理论。其实，我想对他老人家说：不是别人存心故意，而是您的理论太深刻了，天下人都跟不上。您的思想直插云霄，这个高度多少人能达到？所以，恐怕您也犯这个错误了，你以为你以为的就是你以为的？

所以，人生尽量做到客观而不要太主观，因为你以为的不一定是你以为的。

任何人
都有局限性

《庄子·秋水》里面有一段话:“夏虫不可语于冰，笃于时也；井蛙不可语于海，拘于虚也；曲士不可语于道，束于教也。”意思是说，不要和夏天的昆虫谈冬天结冰的事情，因为它没见过这个季节；不要和井底的青蛙谈大海的浩瀚，因为它没见过这个场面；不要和孤陋寡闻的人谈人生的大道理，因为他没有受过这种教育。

这段话就像山东曲阜孔庙里面流传的“三季人的故事”告诉我们的一样，有的人生命里只有三个季节，他如何能承认和理解你说的第四个季节。

所以，人都会局限于很多条件，很难做到完全客观。

人们对自己、对别人、对外部世界、对待事情的看法，总是仁者见仁，智者见智。不管怎样，人们的看法都不可能全面，都不可能完整。时代、环境、文化、性格、教育、经历见识等多种因素造成了人的局限性。

人将囿于时代，脱离不开时代的怀抱。

德国哲学家黑格尔说："没有人能够真正超越他的时代，正如没有人能够超出他的皮肤一样。"所以，任何人都不可能是真理的化身，就像孔子、孟子、老子这些圣人，由于局限于他们所生活的年代，看问题也会有一些不合理、不完善的地方。因此，圣人是可以质疑的，因为至少他不了解你生存的环境，他的理论对你来说就不一定是适合的。所以，我们有时候也不要迷信权威。

人将囿于环境，挣脱不开文化的影响。

中国有些地方欠账、拖账成风，大家都没把这件事看得那么严重，甚至很多有头有脸的人也这样。欠点钱，信誉差点，不觉得那么难堪，大家还可以继续来往。当事人浸泡在这种环境当中，意识不到这种行为有多么恶劣，因为大家都这样，已经形成文化了。

在很多酒文化盛行的地方，即使丑态百出的醉酒也是不丢人的，

喝酒也可以成为误事的理由。因为几乎人人都喝酒，醉酒的情况自己经历过，由于喝酒误事自己身上也发生过，所以完全能够理解这种行为。这就是一种典型的酒文化。

东北文化是一种圈子文化。人们会不自觉地画一个圈子，在圈子内与熟悉的人称兄道弟，而对待圈外之人，可能就不会那么友好了。

人将囿于性格，跳不出性格的制约。

外向性格和内向性格表现就不一样。一个外向性格的人很习惯迎来送往人多热闹的场面，而一个内向性格的人则很习惯一屁股坐下安静地待在家里的生活。如果让他们彼此跨越，都是一种煎熬。所以，一种性格的人有时很难理解另一种性格的人，因为人很难跳出性格的制约。

人将囿于经历，难以突破固有思维。

一个乞丐发财了，别人问他有钱了怎么花。他的回答是："要买一个金的要饭碗。"他的经历约束了他的思维，人往往会根据自己的经历和处境发出声音。

人将囿于见识，很难突破想象。

如果写《道德经》的老子当年见识过、领教过海啸的凶猛，他恐

怕不会再说“上善若水”了，也就顶多视水为中性之物，不加褒贬了吧？

所以，人都会局限于各种条件。人生要尽可能地跳出各种局限，让自己的观点变得客观，这样你将获取一个更加明白的人生。

换位思考

有一回，我去北京中关村买服务器。卖服务器的小伙子很热心，对于在这个领域基本上无知的我来说显得知识很渊博，大小问题都给我回答，分内分外的事都帮我解决。我很信任和依赖他，服务器拿回来就开机使用了。

没两天服务器就开始吱哇乱叫地报警。我给小伙子打电话，小伙子肯定说，是硬盘掉阵列了，需要换一块硬盘。我如同领了圣旨，就找卖硬盘的换了一块，服务器又开机使用了。

上午换的硬盘，下午又开始报警了。小伙子说还有一块硬盘也掉

阵列了。我二话没说，又找卖硬盘的换了一块。卖硬盘的有点不开心了，本来第一块硬盘的问题他就不认可。

三天之后，服务器又开始报警，小伙子还说是硬盘的问题。卖硬盘的死活不肯换了，我就从他那里买了一块新的，可第二天服务器还是报警。

小伙子说，你的硬盘供应商供货有问题。

于是，他卖给我三块硬盘，机器重新开机。又过三天之后，故障重演，涛声依旧。在我的压力之下，他终于答应检查是不是服务器硬件有问题。

结果是服务器主板坏了。

这时候，我有点出离愤怒了。因为他的瞎指挥，使我经历了一个非常折磨的过程，一般人估计都会拍案而起。我本来也想向他狠狠地发泄一下我的情绪。

可是，转念一想，进行换位思考，我问自己：当你去卖服务器时，你会有专家的水平准确地去判断故障现象吗？很有可能在他的销售生涯中，从来就没有出现过刚售出就损坏的情况，所以他在坚信这个事实的前提下，才会有这种处理意见。市场上假冒伪劣产品满天飞，硬

盘问题也不是个别现象，他知道我的供应商是谁吗？因此，他到底有多少值得指责的地方？何况他的服务还那么好！而你自己根本就不能期望一个卖服务器的特别懂服务器，因此也就不能把他当权威看待。我把矛头指向自己，开始找自己的原因。

导致这个结果，是由于我过于相信他，把服务态度和服务能力等同，脑子没拨根弦出来对发生的现象做理性分析，至少我应该给厂家打个售后电话问问。

所以，我的内心重归平静，直到问题解决。换位思考之后，本有可能发生的矛盾纠纷都变成友谊了，这是一个很好的结局。

人应该学会换位思考：有些事情我们抱怨别人不应该这么干，但如果设身处地地想，我站在这个位置，是不是也会这么干？事情的背后是不是有客观的原因？当你想不通或看不惯别人的表现的时候，想想如果是你，是否也有可能就是别人的那个状态。所以，要想得到事情的真相，做到看事情客观，就得换位思考，站在别人的角度去思考。你要知道自己，也要读懂别人。

所以，别站着说话不腰疼，了解别人的处境、了解别人的困难，

才能做到换位思考，理解别人的不同做法。

如果我们能换位思考，多一分理解、宽容、平静、忍让，天空就会飘来五个字：“那都不叫事。”

我是他人眼中的他，他人是他眼中的我

若干年前，我在北京有一次从平房搬家，东西搬走一部分遗弃一部分，最后叫了一个蹬三轮车的老头给房东清理垃圾，叮嘱他一定要处理干净。我们付给他钱后就走了。房东后来打电话过来狠狠地表达了他的愤怒。原来这个老头离开时拧走了屋外的一个水龙头，导致这一地带水漫金山，每个人都要蹚水而过了。

我们先不去声讨这个老头的公德心。他为什么要这么干？因为在他眼里，一个价值5元钱的水龙头，对他来说比别人免受水淹之苦更重要。因为我们都是他眼中的别人，不是他。

我是他人眼中的他。在别人眼里，你就不是自己，而是被冠之以

他人，所以我并不是自己认为的那么重要。

对于这个世界来说，在你身上发生的惊天动地的大事，在别人看来，也是不如他多吃一根冰棍重要的事情，也是不如他得到一个水龙头重要的事情。

这个世界没有人会像你自己一样，在乎你的一切；也没有人会像你父母一样，待你如生命。因为我是他人眼中的他。

而他人又是他眼中的我。

他人是他眼中的我，所以在他的眼里，这个世界上他比我们想象的要重要，因为他是他眼中的我，他不是别人，就是自己。所以，我们不能无视每个人，别人都是和你一样重要的生命，不要视他人如粪土。我们需要考虑别人如同自己，感同身受。

我们在与人交往的时候，不要把人当物来对待和处理，想用就用，想扔就扔，想打发就打发。别人也是自己生命的主宰，不要把别人都看成配件，更不能草菅人命。

所以，对你的事情，不要抱怨别人不上心、不关心，我们对别人可能也会这样。相反，我们还要认识到，我是他人眼中的他，他人是他眼中的我，重要性不分彼此。谁甘心你多占资源？我为什么又要多

占资源让人家不开心？而如果多占资源能让你开心，我为什么就不能成全你？在碰到倒霉的事情的时候，为什么受伤的不能是我？担起担子、扛起责任、承担后果的时候，我不入地狱，谁入地狱？如果建立了这种认识，你反而就是人生的赢家。老子在《道德经》第七章写道："是以圣人后其身而身先，外其身而身存，以其无私，故能成其私。"意思是，圣人不争不抢，不事先考虑自己，利益面前往后退，危险关头往前冲，反而受到人们的拥护爱戴，因为他的无私，反而成就了他的理想。

每个人都是自己的主体，是这个世界上对他来说最重要的人；每个人都有他的梦想，所思所想也都在为自己，所以对别人和自己要执行统一标准，而不是双重标准。己所不欲，勿施于人；己之所欲，与人分享。

因为我是他人眼中的他，所以我就不是自己，是别人。所以，不要把自己看得那么重要。

因为他人是他眼中的我，所以他就不是别人，是自己。所以，不要把他人看得那么不重要。

有了这两句充满智慧的话，你的人生问题就解决了。

我与众人
共分天下

因为你不是太阳，所以就不要指望大家都以你为中心。那么多人都生活在同一个地球上，地球也并不只是属于你一个人的。

世界是我的，也是别人的，是大家的。在任何人眼里，他比你重要得多，你只是他眼中的亿万分之一。

谁也不可能是谁的主宰，即使一只苍蝇，也是自己的主人，它也会觉得活得比你重要。如果它有能力反抗你的话，绝对不允许你凌驾在它头上。所以，即使你可以占领别人的财产或者奴役他的身体，你也不可能统治他的思想。

世界本来就有别人应得的一分空间，我们不能独占，不能挤压。

在这个世界上，只要你多占有资源，不管是如何得来的，哪怕你是用勤劳努力的方式换来的，别人也会不开心。国外有很多商店被无端烧砸抢的事件虽然有政治因素，但也有人们感觉自己的社会资源被占领的原因。当然，只要不是不劳而获去掠夺资源，用勤奋的方式去享用社会资源，还是要提倡大胆去干的。不过聪明的人就应该低调，不应该招摇，并且要积德行善，充分回报社会。只有这样，我们才能让更多的人爱戴我们，而不是抵触我们，因为很多人是有仇富心理的。

不要想着吃独食，也不要挤压别人的生存空间，要与众人共分天下。

作家刘再复曾经写道："关山重重，生命总在跋涉，为了到达前方的峰顶，有许多路，可踩着沙去，可踏着水去，可踩着霜去，可踏着雪去，但不要踩着他人的身躯去。"

每个人来到世间就是个奇迹，和他人能相处在一起就是缘分。佛说前世的五百次回眸才换来今生的擦肩而过，所以我们也要珍惜这种相处的缘分，与他人和谐共处。

由于各种各样的原因，人和人总是会存在想法的不同、意见的分歧和矛盾的冲突，但我们要学会求同存异。《论语》里面说："君子和

而不同，小人同而不和。”意思是说，君子不必和别人保持一致意见，但可以和别人和谐相处，小人会迎合别人，却不能和别人和谐相处。这就告诉我们，分歧和矛盾是一定存在的，但我们要学会求同存异。同就是融洽，同就是和谐，同就是和平共处。

国美电器的企业文化里有这样一句话：“商者无域，相融共生。”意思是，经商的人是没有疆土、没有领域的，相互融洽就能互相生存。

一花独放不是春，百花齐放春满园。同一个星球同一个环境，我们的生活要考虑别人，要重视别人的存在，要尊重别人的感受，要容忍别人的差异，要欣赏别人的表现。

我和众人共分天下，共同的世界共同创造，共同的世界共同守护，共同的世界共同享用。地不分东西，人不分南北，天地一家亲，南北一家人，其乐融融地相处就是一个理想的大同世界。

第六章

不辜负生命的本意

怒放的生命

每个人对于自己个体来说，似乎是百分之百的重要和必然。但是，相对于浩瀚宇宙和历史长河来说，个人何其渺小和偶然。所以，能来到这个世界就是你捞着了，对你来说真的就是个奇迹。

既然是个奇迹，怎么能不倍加珍惜。

上帝千挑万选选中了你，你也是排除万难来到这个世界的，所以你不能辜负上帝的善意和恩赐，也不要愧对赋予你生命的母亲的付出。

生命不能轻易浪费，人生不能草率敷衍，人不能最终成为生命的一个匆匆过客。

记得毕业刚参加工作的时候，住的是集体宿舍。一百多个大学生

每天挤在一个只有四个灶眼的小厨房里做饭，卫生状况很不好。于是，有人在墙上张贴出一纸告示：“为了我们的生活环境，请大家注意卫生。”第二天，告示就被改成了“为了我们的生存环境，请大家注意卫生”。言下之意就是，我们的生命只是一种存在，没有活力可言，颇有一种自嘲自讽的意味。

生存和生活就是人生的两种状态，用一句形象的话来比喻：生存就像喝水，是为了要活着；生活就像品茶，是为了人生有滋有味，活得精彩。

人和人存在很大差别，有的人创造环境、改变环境，有的人适应环境、同化环境，而有的人都不一定能适应别人创造的环境。这并不是天生差别，而是人生态度带来的差别。因为有的人是来生存的，有的人是来生活的。

现实中有很多的生命，活的就是一种存在，糊里糊涂地被历史潮流拉动和滚滚的人流推动。两脚茫茫走，只为身和口。

如果生命只是一种存在，那就是行尸走肉的生命，就是浑浑噩噩的生命，就是巷子里赶猪直来直去的生命。这样的人生味同嚼蜡，没有滋味，这样的人生毫无意义。

生命不应只是一种存在。每个人眼里的世界是不一样的世界，它的状态是在和你的互动中体现的。世界的精彩和美妙是在你不断地努力与突破中呈现给你的，世界的冷酷与无情也是在你不断地浪费与消耗中呈现给你的。如果不愿意你的世界是暗无天日的，你就不能让生命仅仅成为一种存在。

生命不应只是一种存在。人的潜能巨大，你的能量超乎你的想象。只要愿意，每个人都是伟大的生命。别守着优势不自信，放着潜力不挖掘，抱着安逸不放手，一手好牌被你打烂就可惜了。

人生不要悄悄地来、悄悄地走，不然就浪费一个上帝的名额，也辜负了生命的本意。雁过留声，人过留名，在世上走出点动静、滑出点轨迹来，这样的人生才有价值和意义。

人生一世，草木一秋，匆匆一趟，要活就活出个石破天惊、波澜壮阔，将生命体验到极致。站在生命的最高处，“会当凌绝顶，一览众山小”。

生命不应只是一种存在，人生应该是怒放的生命。

生命的意义
是享受生命

老子在《道德经》第八十章写道：“甘其食，美其服，安其居，乐其俗。”意思是，人生应该吃得香甜，穿得漂亮，住得舒服，乐享民俗。这几句话反映了老子的贵生理论：生命高于一切，长寿高于一切，享受高于一切。

我们为什么而活？人来到这个世界是干什么来了？很多人幽默地说我不知道，父母没打招呼、没商量就让我来了。这反映了很多人对这个问题的糊涂。

哲学家尼采说：“每一个不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。”

生命的意义是享受生命。

有的人一生毫无志向，无所事事，人生也因此碌碌无为。这样的人生当然没有价值，也没有意义。有的人发愤图强、拼搏奋斗，也可谓功成名就，一辈子却始终不曾抬起头来欣赏一下这个世界，最后落到在病床上反思，为自己的一生叫屈。忽略了亲人，亏待了自己，这样的人生也不可取。

相对于生命的短暂，中国文化似乎更看重名声的久远，但老子却提出了不同的看法。老子在《道德经》第四十四章写道："名与身孰亲？身与货孰多？"意思是，名声和生命比起来哪个更重要？生命和财富比起来哪个更重要？实际上，老子想告诉我们的是，生命才是最重要的，享受生命才是最重要的。

人生不是来纯粹享受的，也没条件来纯粹享受。人生有时还会被迫与苦难病痛相伴。但人生也不是来做苦行僧的。所以，人生应该在有限的时间里充分享受生命，不辜负生命的本意。我们不要排斥物质享受，吃一顿、喝一杯，辣一口、酸一下，都是美食和美味；也不要忽略精神的享受，听一首音乐、看一段舞蹈、感受大好河山的风光，都是生命的享受。

享受生命不代表要放弃生命的努力，因为享受是需要条件的。

有一个富翁到海边旅游，见到有个渔民在懒洋洋地晒太阳，就劝他别浪费时间，多干活赚点钱。渔民就问富翁赚了钱干什么，富翁回答说可以躺在沙滩上晒太阳。渔民说，我现在不就躺在沙滩上晒着太阳吗？

这个故事确实让有些人看开了、放下了，因为他们正好到了该放下的时候，但也误导很多人，害得很多人放下斗志去晒太阳了。人们现在所讽刺的“鸡汤”，大概就有这种。所以，有人为了表示对这杯“鸡汤”的不认可，就给这个故事接了一个续集：连续几天，富翁都和渔民在海边一起晒太阳。有一天渔民没有出现，富翁一打听，原来渔民生了病没钱治，已经去世了。

这个故事告诉我们，人不能盲目享受，那不叫享受生命，因为你的条件可能没有达到，你的积累可能没有完成，你的责任也可能没有完成。你确实需要活在当下，享受眼前，但也必须完成你的使命，以及为了将来努力。这就像，如果你是一个有孝心的人，在母亲生病的时候，还有心情享受鲍鱼吗？

生命的意义是享受生命的乐趣，人生最重要的是自己要活得精彩。但是，享受生命的原则就是要遵从内心生命的冲动渴望，与内心对生命的价值评判平衡，这也是王阳明心学理论所主张和倡导的。

享受人间真爱

在中学备战高考的时候，学习的枯燥和考试的压力常常让我郁闷崩溃。但父母对我寄予的希望很大，我又是个孝顺的孩子，所以为了父亲的期待、母亲的微笑，我在咬牙坚持着。

一个晚自习的黄昏，又莫名地心情烦躁，我悄悄溜出教室，跑到大街上常光顾的电影院，来了一个痛快淋漓的两场连看。

看电影时可以沉浸在剧情中，但散场之后，思维马上又回到现实当中，终于为又浪费了一个宝贵的备战高考的晚自习而后悔不已。我在回宿舍的路上狠狠地责怪自己，甚至还用指甲掐自己，一路上都不能原谅自己，发誓这是最后一次。可是，自己又有点不相信自己，因

为这种事情已经好几回了。

第二天，滂沱大雨。早自习的时候，一个同学过来告诉我，母亲来看我了，正在宿舍等我。

我冒着大雨冲进宿舍，只见母亲全身湿透，雨伞根本无力抵挡瓢泼大雨。她是过来给我送补充营养的老母鸡汤的。我让她在我的床位上坐下，把湿透的外衣脱下晾上。当母亲将雨靴脱下的时候，靴子里面的雨水倒出来有半脸盆。我顿时就受不了了。一见面就积压的心酸，和对昨晚的悔恨交织在一起的情绪，顷刻间就在我心底涨满，然后窜到全身百脉。我再也绷不住了，眼泪如决堤之洪，肆意地夺眶而出。

这件事对我的触动很大。后来从与母亲的谈话中了解到，她出发的时候就有这么大雨，可还是义无反顾地选择出发，天不亮就从几十里外的老家摸黑启程，生怕儿子喝不上这口汤，身体就变虚弱，学习就跟不上了。我在当天的日记里这样写道："如果老师再出命题作文，内容涉及亲情，我会以海明威的创作速度，瞬间写出和父亲、母亲之间的感情。这份感情一直就有，从来不缺，但这次却让我在错综复杂的情感下深刻地体会到了。所以，我也不能光为自己而活，还要为我挚爱的亲人。什么自己的委屈，什么莫名的情绪，统统去吧，我要为

父母来承受所有这些。”

我就在这种人间真爱的感动中被敲醒了，从此开始奋发图强。

所以，爱就是人类最伟大的一种力量，对付出者和享受者都是一种力量。爱也是人类最幸福的一种享受，付出爱和回报爱都是一种享受。人生要享受生命，就要充分享受人间真爱。

古希腊描述人世间主要有三种爱，即天伦爱、夫妻爱和朋友爱，对应中国的说法就是亲情、爱情和友情。

血脉亲情无疑是最重要的一种爱，亲情以血缘关系为纽带。父母是这个世界上无论你光荣或屈辱都能包容你、爱你的人，也是能把自己最珍贵的东西甚至生命舍得给你的人。而子女，首先应该认识到这份天底下最大公无私的爱，然后知恩回报，将爱返还，让爱互动，让彼此成为对方最大的一种力量。

“百年修得同船渡，千年修得共枕眠”说的是夫妻之爱。在大千世界里，两个人能走到一起是一种缘分，也是一个奇迹。这是一份互相厮守、细水长流的爱。对人的一生来说，这种爱贴身而漫长，更值得好好重视，需要好好经营。俗话说，一个成功的男人背后一定有一个默默支持他的女人，说的就是夫妻之爱的力量。

朋友之爱也是人的一生不可或缺的。在家靠父母，出门靠朋友，朋友多了路好走。真正的朋友是良师益友，是一生中最难得的财富。真正的朋友带给我们的关怀和温暖，就像黑夜里的一盏灯、寒冬里的一盆火。而真正的朋友也有从来不需要想起，永远也不会忘记的默契。没有朋友将会步履维艰，有了朋友就会海阔天空。人生要重视朋友关系，充分享受友谊。

爱还有很多，人的一生是不能缺少爱的，否则不但缺乏人生的动力，还会因为爱的残缺导致心态不阳光、心理不健康。之所以有罪犯，大多是因为他们缺少爱的温暖，特别是童年时缺少爱的温暖造成的。

因为有爱，生活才有动力，人生才有意义。爱是人类生存和发展的基础，人生要充分地享受人间真爱，给自己以力量，给别人以力量。

享受生活之美

某天听到台湾歌手齐豫演唱罗大佑的《船歌》，深深感受到一种细腻之美，脑海里浮现出这样一幅唯美的画面：灿烂星空，月光如洗，梦里水乡，群山辉映，河水潺潺，船行滩头。万籁俱寂中，一片宁静跃于心间。由此引发了我对生活之美的一种思索。

法国雕塑家罗丹说："生活中不缺少美，缺少的是发现美的眼睛。"的确，生活之美无处不在，只需要我们擦亮自己的眼睛，去享受生活之美。

在美学家朱光潜的眼里，美被划分为两大类——骏马秋风冀北和杏花春雨江南，实际上说的就是雄壮之美和阴柔之美。

罗大佑的《船歌》，让人体会到的就是杏花春雨江南的阴柔之美。而另一首流行歌曲《家在东北》，则是以喊叫的唱腔、直抒胸臆的表达，展示了粗犷的力量，让人体会到的是骏马秋风冀北的雄壮之美。

当然若细分，美就会有千种万种。以下的这些美，有能拨动你心弦，让你感动的吗？

力量之美。一代枭雄，带着荡贼扫寇的决心，率千军万马在无垠的草原策马奔腾，半路被河流阻隔，滔滔江水挡住去路。马被缰绳勒住，一片嘶鸣，叫声震透寰宇。渡江之后，他又纵马驰骋，随手将大雕射杀在半空。

意境之美。大雪纷纷落、风吹屁股冷的夜晚，老友们围炉畅饮。雪飘窗外，路上行人被寒冷包围，有的险些被寒风端走。行人表情越窘迫，对比就越明显，越发显得屋里的温暖，幸福感在对比中油然而生。

文字之美。在电影《四世同堂》里面，赵宝刚扮演的汉奸说了一句：杀一个西瓜吃。这样的措辞感觉还真有点霸气。唐末农民起义军领袖黄巢落第后写了一首诗：“待到秋来九月八，我花开后百花杀，冲天香阵透长安，满城尽带黄金甲。”这也是气势磅礴、杀气腾腾的一种感觉，气势被一个“杀”字点了出来。

回忆之美。韩愈的“天街小雨润如酥”，把我从干燥的北方拉回到清新而带着潮气的南方的早晨。雨水对于南方长大的我一直是种绕不过去的思念。“君问归期未有期，巴山夜雨涨秋池”，也是儿时半夜听雨的一种情境。王家卫的童年回忆中也出现“上海弄堂下午三四点钟的太阳”，并在作品中表现出来。回忆一般都是现在不存在的美好的过去，所以梦里总是愿意欣然前往。

艺术之美。听到朗诵，看到表演，听到音乐，看到舞蹈，浑身就不自觉地来劲，这是感动至深的表现。心上有弦，随之律动，就是表演者和欣赏者频率达到一致产生的共鸣、共振，是两者心灵的撞击。

悲壮之美。在正义的抗战中，战士们一个个英勇杀敌，前赴后继。战斗结束后，尸横遍野，血染江河，硝烟在缓慢地弥漫散开。

荒凉之美。天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊。在荒凉的戈壁滩上，面对荒凉感悟人生，寻找一种理性的力量。如果此时你的心情是落寞的，你会觉得这种荒凉恰如你的心情，虽悲凉却凄美。

美还有很多。你自己发现哪些让你感动的美？若感觉美也在你的身边无处不在，你是不是也觉得生活很美呢？

享受兴趣所在

《论语》里面有一句话:“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”意思是说，懂得学习的人不如喜欢学习的人，喜欢学习的人不如乐此不疲的人。这里说的就是兴趣是最重要的。

很多人总结的成功要素是梦想、目标、欲望、行动、信念、激情、专注和坚持等一大堆，但最后都归结在一点上，那就是你对事情的热爱和兴趣。如果热爱、有兴趣，身上的每一个细胞都将被激活和调动起来，直指你的目标，你丝毫也不用担心坚持的问题了。

学习上兴趣是最好的老师，工作上兴趣是最大的动力，生活上兴趣是最大的乐趣。如果兴趣所在，学习就不是遭罪。没兴趣的人看书

老开小差，有兴趣的人看书从不走神，看书就是享受，“眼前直下三千字，胸次全无一点尘”。如果兴趣所在，干工作不用扬鞭自奋蹄。把工作作为任务时，你可能觉得在受煎熬，但作为兴趣爱好时，就会觉得很享受。如果兴趣所在，生活就是乐趣，人生就是享受。

生命基本上是由工作和生活组成的，工作上如果能有兴趣相伴，生活上能享受到兴趣，生命将是一个非常开心的过程。

谁都羡慕乔丹，因为他的工作是和兴趣结合在一起的，喜欢打球，也靠打球养活自己、成就自己。所以，能干有兴趣的工作就是件很幸运的事情，因为他可以在工作中得到享受，又可以在享受中获得报酬，这是人生一个很理想美好的状态。

但是，并非人人都那么幸运。如果你干的是不感兴趣的工作怎么办？当然，你还是要干，因为你要生存，你要为将来打基础，你要为人生做积累，有时候还可能因为责任。所以，在这个时候，你就要培养自己干工作的兴趣。

如果得到了经济独立和财务自由后，你依然对工作不感兴趣，就应该考虑去追逐带有你的兴趣和爱好倾向的事业，因为这可能使你的爆发力更强、膨胀系数更大。

人生应该致力于寻找适合自己的道路，做自己感兴趣的事情。但当你为了生计，或者被安排走在不是最合适的道路上，或者去做不感兴趣的事情时，你要做到干一行爱一行，为了达到爱一行干一行的目标而去积累。所以，如果我们暂时还没有职业选择的自由，首先要打造的就是自己具备选择的能力。台湾女作家龙应台就是这么主张的。

比如，对我来说，首先必须是一个努力合格的技术工程师，这是我的安身立命之本。然后，我才能去做一个同样合格的人类灵魂工程师。我必须把工作做好、基础打牢、责任完成，才能发展好我的兴趣和爱好。

对生活来说，兴趣爱好就是我们的激情元素，是我们的快乐基因。即使工作是被动无奈的，如果有兴趣爱好来调节和支撑我们的生活，我们依然会感受到生命的乐趣和人生的快乐。

兴趣爱好是人生的动力，也是生命的调料。人生定位选择要充分考虑到自己的兴趣，人生在世也要充分享受自己的兴趣爱好。

享受生命，享受兴趣所在。

享受人生幽默

在中国很多的海边旅游景点，几乎都有这么一个笑话：一个北京游客去海边旅游，享受到蓝天白云和徐徐的海风，醉氧晕过去了。急救的大夫怎么也救不过来，都急哭了。最后，一个有经验的导游问清楚是从北京来的游客后，不急不忙地指挥用一根管子一头插在游客鼻孔上，一头连上汽车的排气管。游客瞬间就醒了，醒来之后的第一句话是：这才是家的味道。

还有人讲了一个显然也是杜撰的故事：小明去坐飞机，候机的时候，广播通知说飞机由于机械故障晚点。不一会儿，广播又通知

说飞机可以正常起飞了。小明问旁边的工作人员：难道飞机这么快就修好了？工作人员告诉他，不是飞机修好了，而是换了一个敢开的驾驶员。

这就是幽默。幽默能让人发笑，让人放松，让人愉快，是一门释放的艺术，是人生重要的调味品。

幽默感也是情商的一部分。人生应该懂得诙谐幽默，能制造幽默，也能感受文字和舌尖上的魅力。培根说：“善谈者必善幽默。”人们喜欢能给他带来笑声和欢乐的人。作家贾平凹说：“人可以无知，但不可以无趣。”

幽默在生活中有很多很多的功效。

幽默可以化解尴尬。

钢琴家波奇有一次在福林特城举行演奏会，上台表演时发现座位有一半是空的。这种情况对于表演者来说都是令人沮丧的。他十分绝望，但立即意识到这个状态非常不利于他的演奏。于是，他微笑着对观众说：“福林特这座城市的人们想必都十分富有，因为我看到你们每个人都买了两三个座位的票。”观众爆笑，波奇用幽默化解了自己的负面情绪，贡献了一场完美的演出。

幽默还可以体现出智慧。

清代《新镌笑林广记》中有一则“田主见鸡”的笑话。

租户张三，鸡藏背后，田主吟：“此田不予张三种。”张三献出鸡，田主又道：“不予张三却予谁？”张三质之，田主曰：“初乃无稽（鸡）之谈，后乃见机（鸡）而做也。”

幽默也是一种力量。

英国作家萧伯纳个子瘦长。有一个大腹便便的资本家见到他时就嘲笑他：“一见到你，我就知道世界正在闹饥荒。”萧伯纳并没有发火，而是很有礼貌地回复他：“一看到你，我就知道了世界闹饥荒的原因。”他不失风度地把这位富翁置于不仁不义的境地。

幽默还起到讽刺的作用。

假货和食品安全是个问题。有人不无担心地说：我现在都不敢去市场买菜吃了，害怕买的蔬菜是喷了农药的，买的肉是打了激素的。然后，有人就说：有可能问题不大，你确定农药和激素就是真的吗？

幽默还可以治疗创伤，化解生活的苦闷等。它引导人们积极向上，豁达开朗。幽默之下，事情一笑而过，烦恼一笑了之。幽默还有其他

很多的功能。所以，人生不要只把幽默作为一种技巧，而要把它作为一种融于内心的生活态度。

享受生命，享受人生幽默。

享受生命
而不放纵生命

人生应该享受生命，但不能放纵生命。

老子在《道德经》里虽然主张美其食、甘其服、安其居、乐其俗，但又极力反对过度沉迷在享受中。所以在《道德经》第十二章里，也有“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨”的劝诫。意思是，颜色太多让人眼花缭乱，声音太乱让人震耳欲聋，味道太多让人失去口感，纵马驰骋、疯狂猎杀让人心志狂乱，奇珍异宝的诱惑和刺激会让人行为出格。这一系列的劝诫告诉我们，人不能毫无节制地纵欲。

享受生命不能过度，一切要适可而止，生活必须有节制。

历史上有很多的皇帝，不是被满汉全席撑死了，就是被夜夜笙歌醉死了，或者被三宫六院累死了。总之，眼前诱惑太多，抵挡不住身体就会透支。疲于奔命地享受，最后只会落一个凄惨的下场。

历史上也有很多的枭雄，忍饥挨饿过来了，包羞忍耻过来了，枪林弹雨过来了，却没能经得起幸福生活的考验，放纵自己的欲望，最终在享乐无度中倒下了。

生命必须是不可失控的生命，知足常乐，知止不殆，享受生命而不能放纵生命。

老子在《道德经》第四十四章写道："甚爱必大费，多藏必厚亡，知足不辱，知止不殆，可以长久。"意思是，过于珍爱反而可能造成更大的浪费，储藏得越多可能损失得越多，知道满足就不会自取其辱，知道停止就可以防止灭亡，人生才可以长治久安。

所以，人生要知足知止，知足可以常乐，知止可以不殆。

有中国游客在欧洲看到一位老者钓鱼，发现他钓了几条小鱼就收工了。中国游客很不理解，老者很轻松地对他们说："先生们，我钓的只是早餐。"

这个故事告诉我们，满足我们的需求就可以了。人生不能贪得无

厌，不能像寓言故事里得到金子的小伙子一样，一直不满足，还不断地要，结果被金子给掩埋了。所以，一块金子是财富，一座金山可能就是坟墓。

人生要做到，弱水三千，只取一瓢饮。鱼和熊掌，不贪图兼得。别人骑马我骑驴，回头看看推车的，比上不足，比下有余，这就可以了。

宗教信仰和道德规范都在约束人们的思想放纵上大花功夫，因为放纵生命几乎就是自取灭亡。中国儒家思想的“克己复礼”，北宋程颐和程颢兄弟、南宋朱熹、明代王阳明主张的“存天理，去人欲”，都是想从礼法上去除人过分的贪念和欲望，阻止人们放纵的行为。

人生不要放纵自己的欲望，放纵自己的贪婪，放纵自己的情绪，放纵自己的坏习惯，而要以理智、克制、节制来约束自己，管理好自己。这是因为一个很简单的道理：吃得合适就是健康，吃得太多尿里面就可能多糖。

人生不要轻易尝试放纵的滋味，享受生命而不能放纵生命。

第七章

如何渡过人生长河

如何渡过
人生长河

如何渡过人生长河？说法很多，说辞也很多，我们却常常难得要领。如何渡过人生长河，有三句话概括总结得很好，或许可以作为我们人生的行动指南。

上帝，请赐我力量，改变一切可以改变的事情。

上帝，请赐我平和，接受一切不能改变的事情。

上帝，请赐我智慧，去区分这两件事情的不同。

这三句话的意思就是，我们要尽最大的努力去拼搏追求成功，但如果碰到实在过不去的火焰山，就要用平和的心态去接受这个事实。

人生需要搞清什么事情该锲而不舍、什么事情该放弃。

换句话说，有的时候自己不能放过自己，有的时候自己要放过自己。人生应该不懈地坚持，但也要接受命运的安排。可控的操之在我，不可控的操之在天。凡事我都努力，成败不必在我，这才是正确的人生观。

如何渡过人生长河？我们要了解生活之实，承认生活之苦，享受生活之美。

如何渡过人生长河？印度有一句谚语说得好：播种好行为，收获好习惯；播种好习惯，收获好性格；播种好性格，收获好命运。

如何渡过人生长河？我们应该具体把握好三个时刻：今生、今年和今天。实际上，就是要把长期、中期和短期目标结合好。今生，我们应该树立理想。今年，我们应该确立目标。今天，我们应该解决问题。处理好这三个时刻，我们的人生将是美好的人生。

人的一生怎样度过？人的一年怎样度过？人的一天怎样度过？

人的一生应该树立理想，带着不必自责的私欲，但不去侵占别人的利益而生活。人追逐着自己的成功，追逐着自己的幸福。

人的一年应该确定目标，制订计划，为一生的理想打基础。人不

能毫无目标地生活，目标在哪里，有的时候结果就在哪里。

人最重要的是一天，因为它就是当下，而未来的一切都由当下决定。每天要以良好的体力保障充沛的精力，以阳光的心态保持正面的能量，努力高效地按照年计划执行，朝着年目标前进，为一年积蓄力量。

每天应该牢记“身体是革命的本钱”，“文明其精神，野蛮其体魄”。这两句话都是毛泽东自身的体会和对人们的告诫。作为一个自然界的生命，人的健康压倒一切。

每天应该：扫地之尘，除心之垢。人的心理健康一点也不次于身体健康。清晨打开房门迎接第一缕阳光，也要将心房打开，让阳光照入，给思想排毒，让积极的想法取代消极的想法。

每天应该：勇气和希望随着太阳一起升腾，出门永远携带的是自信，上班工作之前，用励志的、积极的、正面的语言和情绪，来预热你的状态。

每天应该：以饱满的工作、充实的内心为荣，以浪费时间、虚度生命为耻。如果能活着就像明天将要死去那样，你就会少一分浪费而多一分珍惜，少一分抱怨而多一分感恩，少一分空想而多一分实干。

每天应该：除了奋斗拼搏之外，我们还要懂得享受生命和生活，不要辜负生命的本意。

这样度过的人生，应该是一个还不错的人生。

了解生活之实，承认生活之苦

一天早晨，我驾车从家里出发去上班，心情不错，以至于成年的我都不自觉地吹起了口哨。在摇头晃脑的时候，我突然接到公司一个电话，说在进行一个技术处理的时候出现失误，丢了重要的数据。我的心情顿时大反转，从前的类似事故带来的痛苦回忆让我还心有余悸。我开始郁闷和担忧起来，可是转念一想：生活是什么？生活难道全是明媚阳光？生活难道都是永远吹着口哨？生活不就是每天要处理不同的矛盾和冲突，要解决各种问题吗？

就是这么神奇，有了这个想法，心情顿时恢复平静，随后更多的是在为事情考虑，而不是在忧虑。

究竟是什么样的魔力产生了这样的效果？这是因为我引导自己想起了生活之实，承认了生活之苦，因此就平衡了心态。

法国作家巴尔扎克说：“人生是由各种不同的变故、循环不已的痛苦和欢乐组成的，那种永远不变的蓝天只存在于心灵之间，向现实的人生去要求未免是奢望。”

作家梁实秋说：“享福和受罪加在一起，谓之享受。世界上没有纯粹的享福，目前享福，转眼可能就是受罪。”

汪国真也在他的诗里感叹：“欢乐总是太短，寂寞总是太长，挥不去的是雾一样的忧伤，挽不住的是清晨一样的时光。”

的确，人来到这个世界，没有规定就是来享福的。相反，吃苦却成为我们的家常便饭，矛盾和冲突就是组成每天生活的内容。得到是生活的一部分，失去也是生活的一部分，这就是生活之实。

人生有时还充满了委屈无奈、心酸遗憾，甚至孤独背叛。每个成功的人都有一把心酸的泪。如果很难想象成功者背后的艰辛，你就数数世界拳王挨打的次数吧。那是用挨揍换来的掌声，那是用受伤换来的荣誉，那是将自己的生命和别人对打博弈得到的看客的赏赐。人生的委屈好像从孩提时憋尿就开始了，人一定要受得了委屈，才能出人

头地。马云说，伟大是委屈撑大的。连卖骨头汤的小店老板都打广告说，成功是熬出来的。

并且，并非你努力了，就一定会有成绩。如果你没能最终突破重围，走出泥泞，你的所有付出、所有辛酸、所有痛苦也许都只能化作无尽的泪水，洒在无人关注、无人喝彩的角落，或者自己咽进肚里。你没能成为经典传奇，有可能还成了孤魂野鬼，因为成功和失败有时就是一步之遥。你觉得委屈吗？你能接受吗？可生活就是这样，你能不能接受都得接受，人生容不得你挑肥拣瘦。

人生会有很多遗憾，不可能完美。有人说过一句充满无奈的话：有身体的时候没脑子，有脑子的时候没身体。人生就是一门遗憾的艺术，智慧和经验够了，身体却可能出现问题了。人生不可能事事顺心如意。

所以，我们要承认生活之苦、接受生活之苦，不要把生活的基准定得太高。不抱过多的希望，也就不会有过多的失望。

了解生活之实，承认生活之苦，有助于我们的人生。认可工作有失败、生活有不幸，会让自己的事业更成功、人生更幸福。

寻找人生动力

有时当前进受阻，或者不能自发前进的时候，我们需要寻找人生的动力。

人的动力来自兴趣、欲望、责任、压力，以及情绪，如感恩、愤怒、仇恨等。

兴趣和欲望是一种牵引力，责任、压力和情绪是一种推动力。有的人是在渴望好日子的动力下前进，有的人是在苦日子逼迫的压力下前进，前者是主动牵引力，后者是被动推动力。它们就像汽车的前轮驱动和后轮驱动，一个拉着走、一个推着走，都是一种动力。

我们依次来了解一下这些概念。

兴趣和热爱：兴趣和热爱是一种自发的力量，若有兴趣和爱好，不用扬鞭自奋蹄。人生最好利用上和利用好自己的兴趣和热情，发挥自己的爱好和特长，因为这是最有效率、最有效果的。

成功的欲望：欲望用以提升热情，毅力用以磨平高山。为什么有的人能把不擅长和不感兴趣的事情也做得那么好？很多在实行狼性文化的企业工作的人，都有这种经历和体会：我干的不一定是我有兴趣的，也不一定是我擅长的，但照样能把它干好，那是因为我对成功强烈的欲望胜过一切。

责任也是一种力量：世界是一个家庭责任制的管理体系，中国更是这样，中国文化更注重血缘和家庭关系。经常有人会说生活有时觉得好难，但一想到家庭，浑身又充满力量。对家庭的责任让很多人脚下有了动力，因为责无旁贷，所以心无旁骛。有些人对成功强烈的渴望就来自于强烈的责任感，所以更多的动力其实是来自责任。

压力就是动力：压力只要没把你压垮，就是一种动力。由于人类天生的惰性和依赖性，会出现“人无压力轻飘飘，井无压力不喷油”的客观现象。“二战”时的罗斯福和丘吉尔，遭受压力反而成了他们的幸运。两位总统在艰难的局势下一战成名，可以说是时势造英雄。其

实，人类文明也都是在与环境和命运的对抗中被动形成的，智慧也都是被逼迫出来的。很多人聪明并非天生，是由资源最匮乏、竞争最激烈的环境养成的，受生存危机的刺激，智慧在对抗中产生。

情绪也是一种动力：生活中常常有这样的例子，一个人激怒了我，同时也激励了我，甚至可以说成就了我，因为对他的行为的愤怒让我有了前进的动力。有一个创作歌手说："愤怒是一种能量。"他有很多歌就是在这种状态下写出来的。所以，如果能将情绪这些看似负面的东西转化成动力，就会变废为宝，负能量转化成正能量，就是一件有价值和意义的事情。

人都是要靠动力来驱动的，不管内心驱动还是外在推力，任何人都难免会碰到失去方向、没有动力的情况。人要学会调节自己，激励自己，其中就包括寻找人生动力，将自己驱动起来，因为没有动力的人生将是可怕的人生。

尽快进入
良性循环

糖尿病病人有一个症状：越饿越吃，越吃越饿，越渴越喝，越喝越渴，形成恶性循环。刚毕业的学生找工作也是这样：因为没经验而找不到工作，因为没有工作，无法积累经验而找不到工作，也形成恶性循环。

我有很多客户是汽车维修企业，在开始提升维修车辆档次的时候也碰到一个尴尬：没有高端车的维修经验，所以高端车的客户不认可它们的技术，就不会进店。而如果高端车辆不进店，技师们又没办法积累维修经验，无法提升高端车维修技术。这也是一个恶性循环，是一件令人非常痛苦的事情。

人生同样如此，最大的痛苦莫过于走向恶性循环，而最大的幸运又在于走进良性循环。

一旦进入良性循环，就是一件很爽、很开心的事情。这就像卫星在没有进入轨道之前，还需要火箭的推力，而一旦进入轨道，在地球引力的作用下，自己就能独立潇洒、不知疲倦地运转了。

所以，人生之幸在于快速进入良性循环轨道。而如果人生想进入这个状态，尽早地得到正确的指引、给自己正确定位就是很重要的事情。

正确定位之后，由于处在适合的位置、擅长的领域，你会更快地适应工作，更容易在工作中找到自信，取得成效。同时，经验和能力也像滚雪球一样越积越多，你的应用价值就会越来越大。价值的增加也会带来你物质的丰收，给你提供生活的保障和发展的基础，而生存无忧让你有精力、有条件来考虑发展和提升的问题了，你的人生可能从此顺风顺水。

生命很短暂，人生却很复杂。人在年少时自发地快速找到突破点，进入良性循环是有点难度的，如果此时有人指点迷津，这个目标就更容易实现，人生可能会更轻松顺畅一些。

以下列举的内容都是我们的人生之幸，都有助于我们快速进入良性循环：

有一个好性格；

有一个好家教；

有一个好环境；

有几个好老师；

有几个好老板；

有几个好朋友；

有几段好经历；

遇到几个好人；

读过几本好书；

有几句好座右铭。

性格本没有什么好坏之分，只看是否适应社会、适应环境。适应社会和环境的性格，我们称之为好性格，因为适应性强，更容易进入良性循环。

好的家教不但要关注道德的教育、能力的培养，还要重视职业的指引。自己最清楚自家的孩子是什么材料，所谓知子莫若父。这其实

是最重要的一个环节，只可惜很多家长不一定有这种觉悟和能力来做指引。

环境也很重要。如果环境不重要，孟母也不至于三迁。人在环境当中是很容易受影响和被同化的，人有时也是很难反抗环境的。置身于好的环境，吸收正能量，很容易进入良性循环；而置身于不好的环境，接受负能量，就很容易进入恶性循环。

好老师、好老板、好朋友、好经历、好人和好书、座右铭等，这些带给我们心灵的激荡、逆境的力量、智慧的启迪，或者经验的分享，都是给我们传道、为我们解惑。人生有几个能够给我们指明方向的良师益友，或者有几句具有指导意义的话，都是非常幸运的事情，都有助于我们快速地进入良性循环。

人生不要落入绝望境地

杜甫的诗作《登岳阳楼》中有两句描写了人生境况的悲惨：“亲朋无一字，老病有孤舟。”

白居易的好友元稹也在他的《闻乐天授江州司马》诗中描写了希望破灭、生活无望的凄凉：“垂死病中惊坐起，暗风吹雨入寒窗。”

戊戌变法失败后的谭嗣同，更是在北京的菜市口被斩首时感慨说：“有心杀贼，无力回天。”他的话中透露着一种无可奈何的绝望。

什么是绝望境地，就是“亲朋无一字，老病有孤舟”的境地，就是“垂死病中惊坐起，暗风吹雨入寒窗”的境地，就是“有心杀贼，无力回天”的境地。这些都是人生很悲惨凄凉的境地。

失落、失败、失望，都还能东山再起，卷土重来。而落入绝望境地，就会回天无术，报国无门。人生千万不要让自己落入绝望境地。

有些绝望境地可能是天灾人祸，但有些是自己人为造成的。造成的原因是自己不能未雨绸缪，没有居安思危。

我的一个经历人生跌宕的朋友对我说："请原谅我当时想不到。钱来得容易的时候，不知道人生还要理财和保险。年轻的时候，不知道人生还需要锻炼身体。而现在，艰难苦恨繁霜鬓，已经无力回天了！"

人生就是这样，当状态好或者身体好时，好像能面对一切，也不想着注意身体，因为觉得总能对付，也没有健康的困扰。这个时候很难想到状态不好或身体不好的时候的情景。但时过境迁，很可能再遇到同样的事情时，你已经没有招架之力了。所以，好的时候要想到不好的时候，平时要多积蓄力量，多保养身体。

所以，人生应该有储备的意识，人生要给可能的绝望境地积蓄反击的力量，千万不要等到希望没有了再来努力，精力没有了再来发奋，健康没有了再来锻炼。绝望的时候才想起奋力反抗，为时已晚。

如果你平时不做储备，绝望之时就无法翻身。当"亲朋无一字，老病有孤舟"时，你就只能"垂死病中惊坐起"，看着"暗风吹雨入寒

窗”。此时你已无缚鸡之力，这辈子就彻底完了。服气也罢，不服气也罢，心中孤愤难平，你也无可奈何。

所以，我们平时辛苦勤奋地努力，有时候就是为了在关键时刻有能力来化解危机，比如重病住院。

年轻人暂时还体会不到什么叫绝望，因为他们的生命离起点很近，离终点很远。他们几乎不知道还有尽头，很难想象终点是什么样子。

而人到老年，体力和精力下降，还有可能疾病缠身，伴随着很多无奈，很容易进入绝望境地。年轻人也一定会走到老年，所以千万不要等到垂暮之年才醒悟这一切。年轻人要趁着旭日东升时努力干点什么，不然就会在夕阳西下时后悔和遗憾点什么；不要等到日暮途穷再思进取，一定要给老来时可能绝望的境地积蓄反击的力量。

人生的目标就是努力让希望不变成失望、让失望不变成绝望，竭尽全力使自己远离绝望境地，即使到达绝望境地也有翻身的能力。

人生最起码做到，生存不要落入绝望境地，身体不要落入绝望境地。

观念、思维、行为、习惯、性格、命运

印度有一句古谚语：“播种行为，收获习惯；播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运。”

这句话非常经典，人生就是这么一个逻辑：行为养成习惯，习惯形成性格，性格成就命运。如果这句话前面再加上两项，可能就显得更完整。那就是：播种观念，收获思维；播种思维，收获行为；播种行为，收获习惯；播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运。这个层层递进的六个要素五种关系，理顺了、掌握了，几乎就可以作为我们人生的守则了。

增加的这两层意思形象地说就是，我们在世界观、人生观、价值观

等观念的指引下产生了思维，而思维每天指挥着我们的行动。

播种观念，收获思维，观念决定思维。所以，观念是人生首当其冲的重要概念。我们常常讨论的三观正和毁三观的话题，其实说的就是观念正确的重要性。人生首先要立论正确。

观念到底是如何形成的？它是由人的性格、所受教育，以及社会经历等共同决定的，它也是人们对问题的态度、做事情的方法的依据和标准。

播种思维，收获行为，思维指挥行动。思维方式决定做事方法，怎么想的决定怎么做。看得见的是行为的能力，看不见的是思维的智慧。有什么样的想法，可能就会有什么样的行为。所以，每天我们都要带着自己的脑袋上路，阳光总在风雨后，思维要在行动前。

思维如此重要，所以有时候调整思维就是非常重要的一个人生技巧。我们要由失败的惯性思维变成成功的惯性思维，比如说失败不用失败，而要用“我没有失败，只是暂时没有成功”来表达。我们要由消极的惯性思维变成积极的惯性思维，比如身处寒冬的时候，我们要鼓舞自己：冬天到了，春天还会远吗？我们要由狭隘的惯性思维变成豁达的惯性思维，比如碰到不合理的事情或者利益纷争，我们要告诫

自己境由心生，退后一步天地宽。这些都会让我们的思维改变，从而影响和改变我们的行为。

播种行为，收获习惯，长期的行为会积累成习惯。播种习惯，收获性格，多个好习惯叠加，会形成好的性格。播种性格，收获命运，一个良好的性格、适应社会的性格，将会给你带来好的命运。

所以，人生最重要的是树立正确的观念，不断调整自己，保持阳光的思维，始终开展积极的行动。让日积月累的行为养成良好的习惯，而众多好习惯造就一个好性格，最后在好性格的支持下，就能成就一个好的人生。

养成好习惯，
习惯成自然

我大学快毕业的时候，有一个学术和科研都很厉害的机械系教授破格被提为副校长。在给我们做励志报告的时候，他分享了一个受用一辈子的好习惯：每晚睡觉前，他都会把鞋子摆放在朝着门口的方向。第二天早上，在很多人睡眼惺忪还在找鞋子的时候，他翻身起床，穿上鞋子，直接就能出门。

他说这个小习惯让他节省了很多时间。像这种小习惯，他还有很多。若干好的小习惯叠加，就会固化成好的性格，使人生变得简单轻松。

所以，人生应该更多培养好的习惯。习惯一旦形成，某种行为就

是一件不费劲的事情，因为习惯成自然。

我在还没有养成喝茶习惯之前，看到有喜欢茶文化的老板在给我们沏茶的时候，程序复杂，过程漫长，忙个不停。我感觉他们很累，似乎倒腾这些会让其没有更多的精力来和我们对话。等自己有这种习惯之后，我才发现所有的事情都是顺手完成，没有增加任何额外负担，一点都不影响谈话，不知不觉中就把这件事情做完了。这就是习惯的力量。

我有一个邻居，孩子该上学的时候如临大敌，因为他是个夜猫子，总是睡得晚、起得迟，但是孩子必须自己去送。开始起床的时候，他需要别人拽他，咬咬牙才能起来。后来，他因为每天起得早，晚上也能早点睡着。逐渐形成这个习惯之后，早起床对他来说就不是一件费劲的事了。他现在还常常感叹这种变化，说起床早让他获得了新生，因为早上的空气让他心旷神怡，很多风景以前从没见过，早上做事的效率其实更高。他享受到了好习惯带给他的好处，所以说要感谢孩子。

很多作家在总结成功经验的时候几乎都会提到，坚持写日记是文学水平成长最重要的手段。如果形成习惯，这不但是一件不费力气的事情，而且三日不写都会有一种失落感，而绝对不是没有养成这个习

惯的人认为的负担。所以，养成好习惯，就是人生成功的一个诀窍。

很多书籍出版，并不是横空出世的。就像我的作品一样，几乎每天都在构思，每天都会写点随笔，每天都会将随感随想记录下来。在日积月累中，书的主题逐步清晰，结构逐步建立，这也是习惯成自然造就的结果。

做事情也要有好的习惯，就像打仗一样，战争并不只是当天的战争，头一天的战前准备、第三天的战场打扫和战后总结，都是第二天战争的一部分。如果有这个好习惯，自然就增加了战争的胜算，也为下次战争做好了准备。如果这样做事情，结果也就能更加圆满。

量变终究会累积到质变，所以养成好习惯，最终会形成好的性格，而好的性格可能给你带来一个好人生。

九型人格

人是有分类的，每个类型是有区别的，这种区别主要体现在性格上。

性格有很多种，常见的性格划分有九型人格，也就是九种性格，主要划分有内向和外向两大类。

台湾作家胡因梦在书中有一段描写她父母的话：“我父母的心性不同，人生观不同，对人的态度不同，心理的需求不同。譬如父亲好面子，母亲实际；父亲被动，母亲主动；父亲寡言，母亲善道；父亲感性，母亲理性；母亲的性格里有很强的掌控倾向，对物质有强烈的占有欲，而父亲对面子和尊严的需求远远超过金钱和物质。”

这其实就是典型的一个内向和一个外向的性格。外向的性格牙齿掉了吐出来，内向的性格牙齿掉了吞进去，一个外露，一个内敛。

性格没有好坏之分，只有是否适合时代、环境和事物对象之分。成功的性格也不分内向和外向，每种性格都有成败。每个人的性格都有闪光点，不要以为自己的性格没有优点，可能只是你没做好自己的定位。

不同性格的人能力结构不一样，擅长的也就不一样。一种性格的人很容易解决的问题，另一种性格的人可能很难搞定。

不同性格的人秉性特点也不一样，有的人是急性子，有的人是慢性子，“急性子”很难理解“慢性子”的行为，“慢性子”也很难理解“急性子”的行为，所以用自己的想法去理解别人是不行的。燕雀安知鸿鹄之志哉！鸿鹄安知燕雀之痛哉！不要幻想别人的想法跟你一样，也不要幻想别人都能理解你的意图，更不要幻想自己就能轻易改变别人的想法。

了解性格的特点，你就知道如何给自己定位。性格内向的人一般比较严谨，擅长总结分析、细化工作，做事更科学合理。这样的人适合技术工匠、学术研究等发挥个人能力的领域。性格外向的人一般比

较随意，在处理生活问题、社会问题，以及与人相处时具备优势，更易于融入环境，适合人际交往和社会活动等发挥组织能力的领域。

了解性格的特点，你就知道如何与别人和谐相处。认识到自己性格的缺点，你才能理解别人性格的缺点。既然允许自己的性格有缺点，为什么不允许别人的性格也有缺点呢？有时你要把别人的行为看成性格的必然，认识到性格的不同，你才能理解别人有时候难以想象的行为。

性格再细分，内向和外向又衍生出更细致的性格类型，就是我们常说的九型人格：完美型、助人型、成就型、感觉型、思考型、忠诚型、活跃性、领袖型、和平型。我们可以依此把握更准确的性格特点。

不同性格不同人，认清性格，才能了解自己和别人，从而找到自己最佳的突破口，找到与人相处最好的方法。

粗线条和细线条

生活中有一则笑话：一个病人心脏不好去医院。大夫说把心摘了吧，病人说可以。然后，大夫又问，是不是肺也一起摘了。病人问为什么，大夫说没心没肺活得不累。

这句话虽是玩笑，却不无道理，生活中多情常被无情伤。《庄子·大宗师》里的名言“相濡以沫，不如相忘于江湖”，说的就是人不能太敏感多情。

如果把性格粗分，就会分成两大类——内向和外向，表现出来就是细线条和粗线条。

细线条的人在做事方面会体现出他的严谨性，但在生活方面，粗

线条的人会活得潇洒一点。

细线条的人细腻，对事情敏感；粗线条的人粗犷，对事情没那么敏感。粗线条的人眼里没有芝麻，只有西瓜；细线条的人眼里有西瓜，还有芝麻，容易把大事小事都当事，所以分不清大事小事。而对生活真正的态度应该是小事不计较、大事不糊涂，这样你才不至于捡了芝麻丢了西瓜。

细线条的人因为重感情而伤离别，如果认为和某个人还不错，分别时不免伤感，同时也期待着他的留恋。如果对方最后还是头也不回大步流星地走了，他就会伤感。其实对方有可能就是粗线条的人，这并不代表他薄情寡义。

细线条的人容易被难关卡住，因为他们容易把一刻当永恒、把一件事当成人生的全部，所以时常绕不过去。而粗线条的人觉得很多事情可能只是表面的、暂时的，都是会变化或转化的，所以不会太在意。

细线条的人经常盲目乐观、盲目悲观，容易受环境和他人影响，所以往往表现出宠辱皆惊。而粗线条的人则不容易受环境和他人影响，更加淡定从容。

细线条的人容易多想，粗线条的人却不会想太多、太久，而且知

道快速忘记，他的过滤和忘记能力比细线条的人强。当糟糕或者悲伤的事情发生时，应该迅速让它过去，因为想一遍两遍时你还在楼上，想八遍十遍时你可能就在楼下了。很多被你视为洪水猛兽的事情，如果你在乎，这些事情就会像一座山压得你喘不过气来；如果你不在乎，它们可能就什么都不是。细线条的人要努力使自己变得简单起来。世界没那么严格，不要太在乎一丝一毫，应该调整自己，话说了就说了，事情做了就做了，不要过多反问和追问，浅尝辄止就可以了。

举一反三，一步三回头的严谨；一竿子插到底，如老鼠打洞般的深入；所到之处寸草不生，不留死角；这些是细线条的人的特点。这个特点对做事很好，却不能用来做人。所以，应该取其精华，去其糟粕，用敏感的性格去洞察事物，而不是去多愁善感。

教育和人生指导的工作就是对细线条的人将线条加粗，对粗线条的人将线条变细。细则深，粗则浅，我们要让粗线条深一点，让细线条浅一点。

对待工作需要细线条，对待生活需要粗线条；做人要粗线条，做事要细线条。这就是成功和幸福的密码。

江山易改，本性难移

我曾经写过一句话：“除非我战胜不了性格，否则永远也不会为了已经发生的事情烦恼。”这说明我对这个缺点的愤怒，同时又是对性格的无奈。性格真的就这样雷打不动吗？

我在人生旅途和职业生涯中，也经常发现人们对于性格的无能为力。

“三岁看大，七岁看老”说的就是性格。性命性命，就是性格决定命运。对一个人来说，最重要的不是出生的家庭条件，而是性格。

诸葛亮是聪明和智慧的化身，但他事无巨细，事必躬亲，连罚属下打板子超过二十下都要自己去数数。以诸葛亮的智慧，难道不知道

这是一个缺点？很显然，他知道，也知道根本就不能这么干，但为什么却做不到？这是因为智慧突破不了性格的界线。

有一个著名的主持人在节目中被她的好友揭短，说她的座驾凌乱得就像一个垃圾堆，这也是由她的性格决定的。按理说她的职业对这一点要求非常高，她应该无比干净利索才对。但是，她可能天生就是不爱收拾的人，会在私人空间里放纵自己，所以就有了和她这个公众人物的形象不匹配的行为和表现。

我的母亲一生节俭，让她克服节俭可没那么容易。这里面有她多年的生活习惯，也有她的性格成分。

由于学科特点不同，工科学生是比较务实的思想，文科学生是比较理想的思想。但是，恐怕学科的力量也敌不过性格层面，因为有的人性格务实的成分多，有的人性格理想的成分多。

比智慧更强大的是意志，意志多半也是由性格而决定的。

像格局和心胸，当然和眼界和见识有关系，但可能并非完全后天培养出来的，也有很多天生的成分。

很多方法技巧和努力不是一个人成功的全部，性格之下的方向定位是最关键、最重要的。因为性格无法回避，性格的力量无法忽略，

所以当人性格形成之后，绝对不能逆势而为。我们的人生最好是不要过多责怪自己的性格，也不要对自己的性格大力改造，而应该顺应自己的性格去做一些事情。

受限于性格的制约，在突破性格去调整改变的时候，很有可能成绩不佳，因为性格的突破是最难的，努力、辛勤和汗水都有可能会淹没在性格不适应、不匹配之中。所以，向性格发起挑战或许是强者的行为，却并不一定是个可取的方法。

有时候，我们也要理解别人来自性格的缺点，因为性格遗传的成分很大，很多人很难绕过去，当然这个缺点不能过分。所以，有时我们也不要盲目地去责怪一个人。

江山易改，本性难移。这句话告诉我们，首先要尊重性格的客观存在，接受自己的性格，也要理解别人的性格，这样的人生才更合理。

先天性格
后天改造

曾国藩曾经对性格做过评论：“人的性格很难改造，但并非完全不可，改造性格的前提是必须多看书。”实际上就是通过看书，多了解自己的性格，因为当你清楚了自己性格的特点，才有了改正的可能。

做出某种行为，有的人是天性使然，有的人是知道后去做的。比如，赞美别人这一行为，我的一个朋友是天生下来就是这种习惯，这是他的性格；我是懂得道理，看到效果之后才产生的行为。

虽然说江山易改，本性难移，人的性格天生，后天的改造有限，但并不是说一定就改不了。如果没有天生的适合时代的好性格，就要

有调节自己性格的好方法，一个不适应社会的性格会给人带来很多的痛苦。

所以，虽然性格比较难改，但我们要努力去改。

智慧大过聪明，性格大过智慧，要问什么大过性格，是责任、兴趣、爱和压力，还有可能是利益，因为有钱能使鬼推磨。

敢于改造性格，对性格下手的人就是最厉害的人，改造成功就更厉害了。因为人的潜能巨大，改变之后可能惊天动地。

人遇到大事情就有可能改变性格，比如创痛。英国生物学家谢灵顿，年轻时不学无术，还满身流氓习气。他向一个挤奶女工求爱，却被回复："我宁愿跳进泰晤士河淹死，也绝不嫁给你。"谢灵顿遭此奚落后，从此发奋，后来成为剑桥大学教授，在1932年获得诺贝尔奖。

改造性格，首先要尊重性格的客观存在。无关痛痒的性格特点不要改，可以通过定位绕开的也不要改，非改不可的我们才动手去改。改造的时候，我们首先要客观接纳这个缺点，不要过于自责。因为性格问题可能不在自己，父母一辈就形成了，卸掉这个包袱之后，你就能正确面对了。

如何改造性格？让积极的思维化作积极的行为，积极的行为形成

良好的习惯，众多的良好习惯就能形成好的性格。

人的基因DNA会遗传父母的性格，而家长的言传身教如同习惯。哪方面更主要影响孩子，也说不清楚，这就好比我们常说的糖尿病的遗传，有时候可能不是来自血液的遗传，而是生活习惯和饮食习惯的同化。

所以，家庭的教育和引导是非常重要的。小孩在未成年之前，判断不出问题的是非对错，会以家长的指导为方向。如果接受坏的指引，好性格也没用了。如果不好的性格没有正确引导，人生就废了；如果做了不好的引导，当然就更惨了。

人做事依据的标准是什么？依据的是思维。思维从哪里来？从性格、经历和教育而来。性格、教育、经历是决定人思维的三个要素。其中性格是遗传来的，是基因DNA决定的，它对应的是固定的思维。而经历和教育是后天的影响，它对应的是随机而不固定的思维。所以，我们改造性格，就是用随机而不固定的思维去清除、覆盖固定的思维，然后慢慢用行为去形成习惯，用习惯去固化性格。

先天性格后天改造，遇到一定要改的性格特点，我们在客观接受的同时，也要努力去改变它。

尽人事而听天命

在中央电视台的《中国诗词大会》个人追逐赛的比赛环节，选手的成绩由自己答对和有多少人答错共同决定。所以，在某期有一位选手都答对了但成绩却不理想时，主持人董卿感叹道："人的命运有时不能自己主宰。"

是的，人的命运有时候不能自己主宰，因为树欲静而风却不一定止。

自己的事也许你能把握，但所处的环境和他人的事，你决定不了。

鸦片战争因中英贸易失衡而引起，被英国人称为"通商战争"。因为清政府实行闭关锁国政策，所以英国正面交涉始终敲不开中国的大

门。于是，英国人说：“中国人对我们没有需求，我们就给他们创造需求。”结果，英国人就给我们输送了鸦片，中国从此被动进入了半殖民地半封建社会。

有些事情我们是无可奈何的。开车走在路上，你能保证你不撞别人，但不能保证别人不撞你。有的人自己没有幸福的家庭，就去破坏别人美好的家庭；你混得不好可能别人欺负你，你混得好可能别人绑架勒索你。而像类似天灾人祸这样的事情，我们更是无能为力。人生无常，旦夕祸福无法预测，我们有时只能听天由命。

所以，人生当中，我们只能是：改变我们能改变的，接受我们不能改变的，即尽人事而听天命。

上帝，请赐我力量，改变一切可以改变的事情，指的就是尽人事。

上帝，请赐我平和，接受一切不能改变的事情，指的就是听天命。

我的一个很勤奋的大学同学，十多年前就经常说一句话：“一切都是上帝安排好的。”我当时很不以为然，认为他说得太消极，有点宿命论。今天回想起来，这真是一个绝好的人生观。当你遇到不可抗拒的力量、无力解决的问题和没法左右的局面时，你就只当它是上帝安排好的，从而不怨天尤人，就此放过，再不多想，人生就不会卡而不通。

不再纠结，你就能把时间和精力放在下一步。

当然，这是有前提的，请记住我的同学是一个很努力的人，他只会在自己努力未果的时候才会启用这个理论。

世事我曾努力，成功不必在我，尽吾志而不能至者，可以无悔矣。

人生岂能尽如人意，但求无愧于心；人生强调自己主宰，也要臣服命运的安排，不要拿鸡蛋去碰石头；凡事尽全力想办法解决，不回避退缩，但该放手时就得放手。

尽人事而听天命，有了这种观点之后，我们反而不会杞人忧天、庸人自扰，因为小概率事件毕竟不会过多地发生。

深入浅出的人生

英国戏剧家莎士比亚说：“一个人思虑太多，就会失去做人的乐趣。”

印度大文豪泰戈尔也说：“快乐很简单，但要做到简单却很难。”

老子在《道德经》第十九章里面写道：“见素抱朴，少私寡欲，绝学无忧。”这里说的也是知道越多越烦恼。

这些意思都是表明，人生太深入不见得是件好事。

长达一刻钟的彩虹就不会有人去看它了，只有突然一道划过天际，才会引起人们的惊喜和感动。有时瞬间的、表面的、稍纵即逝的都挺美好，等你有时间静静去思索体会的时候，好像就找不到感觉了。

就像你看到一个美女，第一感觉就是觉得漂亮。然后，根据你的

知识，你马上想到她是猴子变过来的，深入的思维模糊了你的感觉，第一感觉就被冲淡混淆了，你就感觉不到美了。这就是你想多了，太深入了，抑郁症就这么得来的。所以，我们有时候也需要学会肤浅地活在表面上。

我的大学同学，睡在我下铺的兄弟，我经常从床上一探身，就看见他死死盯着床板思考的神态，如今还历历在目。他拿出大块时间集中思考并不可取，这样容易把问题想复杂，钻牛角尖。

人生如果始终肤浅，自然不行。但是，寻常百姓如果活得像孔子、孟子、老子那样太深入，恐怕也不好，他们在当世几乎活得都不轻松。

《道德经》第七十章写道："吾言甚易知，甚易行，天下莫能知，莫能行，言有宗，事有君。夫唯无知，是以不我知也。知我者希，则我者贵。是以圣人被褐怀玉。"这是老子在抱怨天下人不理解他。客观地说，这是因为老子道太深了，一般人没那么深，难以理解，所以有的时候就得不到认可。

简单的人让他们深刻起来没那么容易，但深刻的人让他们简单起来也没那么容易。有深度的人，不一定能很好适应表面肤浅的社会。深浅有时是两个概念，浅不能代替深，深也不能代替浅。治理国家是

一种能力，照顾小孩也是一种能力。太深，每天像一个生活的研究员也不行；太浅，每天像一个幼儿园小朋友也不行。人生应该活得深浅合适。

人生太深入，就像走路涉水太深或者入泥太深，拔腿前行就会行动缓慢，而如果浅出，就会效率高速、度快。

知道结果，所以就不愿了解过程，看破红尘的人就是活得太深。悟彻天地玄黄，人生看得太透也绝非好事，人生不能用情太深，用力过猛。

所以，深入之后还得浅出，因为世界大多数人是活在肤浅的表面的。王阳明、曾国藩等人就懂得这个道理：深入的人创造和认可的理论是需要肤浅的人去执行的。所以，你必须站在别人的角度去考虑执行的问题，理论才能够完整，方法才能够实用。他们不高大上而接地气，所以能立德、立言、立功。

人生要活得深入浅出：能够深入，深了还懂得折回来，能够浅出，这样生活才能游刃有余。

人生就要深一脚浅一脚地走。

活得明白，
难得糊涂

清代郑板桥先生有一句“难得糊涂”的旷世名言。

这应该算是中国处世的最高智慧。他的意思并不是说，人生就要活得糊里糊涂，老先生进一步的解释是：“聪明难，糊涂尤难，由聪明转入糊涂更难。”

糊涂是在明白之后，人生追求的境界是活得明白，难得糊涂。

《道德经》第二十八章写道：“知其雄守其雌，知其白守其黑，知其荣守其辱。”意思是，追求强大、纯洁、荣耀，反而要学会示弱、表

现污黑、忍受屈辱，告诫人们要知明白、守糊涂。

孔子入周问礼，临别时，老子对孔子说："人要聪明，但要学会把聪明藏起来。"这里说的也是这个道理。

《菜根谭》里面也有相似的内容："好察非明，能察能不察之谓明；必胜非勇，能胜能不胜之谓勇。"意思就是：喜欢明察秋毫的人不一定是真正的明白人，该觉察去觉察，不该追究的就不去追究，这才是真正的明白人；打仗时不管大小仗一定都要打胜，这种人不一定是真正的勇士，那些可以胜也可以不胜的人才是真正的勇士。

人生在世明白最好，最好糊涂。《论语·公冶长》里面也说："其知可及也，其愚不可及也。"意思就是，他的明白好达到，他的糊涂却不好学到。

所以，人生大致分三种境界：第一种是不明白、真糊涂。这是一种浑浑噩噩的人生，可能没多少痛苦，但一定是没价值、没意义的人生，就是一种直来直去的人生。第二种是真明白、不糊涂。这是一种聪明却可能痛苦的人生，也不是一种可取的人生。第三种是真明白、能糊涂。这是一种智慧的人生，能活得明白，又能糊涂，是励精图治的人生，又是韬光养晦的人生。

第一种境界的人很多。鲁迅为什么弃医从文，就是因为他在日本看到，在日俄战争中被日本认为的中国奸细在台上被批斗时，底下的中国看客一片麻木。于是，他觉得学医救了人的身体没有什么用，思想不被唤醒也白搭，就是行尸走肉。这样的人生最没有价值。

第二种境界智慧大开。很多人很聪明，好像什么都明白，没有不知道的，可是生活得并不如意。这就是因为他能看透很多事情，却不会糊涂处理。就像三国时的杨修，聪明却不糊涂，恃才傲物，让曹操很不舒服，最后招致杀身之祸。这是一种有智商、没情商的境界。

第三种境界就是郑板桥先生说的难得糊涂的境界。这是一种得道的境界，是悟透天地玄黄的境界，实际上也是智商、情商齐步走的境界。

这个世界一定是第三种境界的人领导着第一种境界和第二种境界的人，也就是活得明白并能够糊涂的人领导没活明白和活明白了却不懂得糊涂处理的人。

第三种境界是一个大智慧的境界。数学里面有一个类别叫“模糊数学”，传统数学解决不了的问题，模糊数学可以解决。人生和它有相同的道理，数学疑难用模糊数学解决，人间大惑用糊涂理论解决，自然科学和社会科学在这里又相交了。

明白道理，糊涂处理，糊涂在明白之后。糊涂是一种平衡，糊涂是一种智慧，糊涂是一种境界。

糊涂而明白的人生，先活得明白，再难得糊涂。

第八章 人生哲学与辩证法

人生哲学
与辩证法

韩国前总统朴槿惠在她的书里写道：“在我最困难的时期，使我重新找回内心之平静的生命灯塔是中国著名学者冯友兰的著作《中国哲学史》，《中国哲学史》蕴含了让我变得正直、坚强的人类道义和战胜这个混乱世界的智慧和教诲。”由此足见哲学对人生的重要性。

哲学会让人变得智慧、豁达、客观、坚强等，每个人都应该学点哲学。希腊哲学家柏拉图甚至说应该让哲学家来当国家领袖，要不国家领袖也应该学点哲学。

西方文明起源于希腊，“哲学”一词也来自希腊文，意即“爱智慧”，所以哲学就是门开启智慧的学科。它是人类思想的荟萃，是各

个学科的统领，是人类文明最重要的一部分。实际上，“哲学”一词对应源远流长的中国哲学，就是我们前面所说的“万物之道”。

“辩证法”一词也来自希腊文，一分为二的辩证法是很重要的一个哲学观点，是矛盾的对立统一。它让我们学会站在多维角度立体看问题，实际上对应中国哲学，就是我们前面所说的“阴阳之道”。

辩证法在我们的生活里无处不在，它存在每一件事物当中。空调让屋里凉快了，就会让屋外的天气变热；有人舒服了，就会有人受罪；人生有美梦一样的经历，就会有噩梦一般的遭遇；有人哭，就有人笑。

唐代学者赵蕤的《长短一本经》是一本纵横学著作，俗称《反经》，被尊称为小《资治通鉴》，为历代帝王将相推崇，时人称“赵蕤术数，李白文章”。

这本书比较特殊，它不是从正面讲述道理，而是从反面论证道理，但这种方式却很有意义。因为表面的道理人人都懂，而背后的道理却不被很多人掌握。所以，了解反经可能比了解正经的价值更大。普通人学显学只能看到显象，聪明人学反经就能看到隐象，就会形成比较优势。

实际上《反经》并不反，它的理论基础就是阴阳之道，是一分为

二的辩证法。事情总是存在表面和实质的正反两面，一般人看到的都是正面，因为不完整，所以不科学。《反经》就是让我们了解我们平时看不到的另一面。

《易经》是中华文明的经典著作，它尊阴抑阳，是反经思想的来源。老子也同样尚阴守拙，《道德经》也是一部反经，西方人甚至把《道德经》看作中国第一部辩证法的哲学著作。老子在《道德经》里面就提出很多反经思想，在第四十章有“反者道之动，弱者道之用”的说法。这句话的意思是，道是朝相反方向运动的，运用道的真谛在于示弱而非逞强，所以有时候要反其道而行之。在《道德经》三十六章里也有“柔弱胜刚强”的话语，引导人们逆向思考，从反面来认识事物。其实，后来很多著作，包括《孙子兵法》就来自于这种理论和思想。

要想在芸芸众生中脱颖而出，要想在激烈竞争中与众不同，就得学点哲学、懂点万物之道，就得学点辩证法、懂点阴阳之道，这样你就能够全方位、深层次地认识世界，从而也就能有客观而正确的人生观点。

正言若反

老子的《道德经》一书里有很多正言若反的话。比如，第四十一章写道：“上德若谷，大白若辱，广德若不足，建德若偷，质真若渝。大方无隅，大器晚成，大音希声，大象无形。”

这些话翻译后的意思是：最高尚的品德如同山谷般空虚，太洁白的东西看起来总像有污垢一样，宏大的道理总是显得不足，刚健正直的品德好似有些投机取巧，好品质看起来就像会背叛一样。大方的形状没有棱角，硕大的器件是最晚完工的，最大的声音好像没有声音一样，最大的形状看起来没有形状。

《道德经》第四十五章写道：“大成若缺，其用不弊；大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。”

这些话翻译后的意思是：最完整的东西好像少点什么一样，但是用起来一点也不缺。最大的圆满好像有什么亏空一样，但是用起来却无穷无尽。最直的物体看起来就像有弯曲一样，最灵巧的东西看起来有点笨拙，最能言善辩的人看起来好像很木讷。

而在第三十六章，又出现了“将欲歙之，必固张之；将欲弱之，必固强之；将欲废之，必固兴之；将欲取之，必固与之”的描写，这些内容已经包含了浓厚的兵法思想。

上述这些都是正言若反的表述。《孙子兵法》和《三十六计》这两部兵法里面也有大量这样的内容，大家最为熟悉的“欲擒故纵”就是其中重要的兵法思想，包含辩证法。正言若反也是《孙子兵法》和《三十六计》的理论基础。

生活中的欲取先予也是正言若反。当你想得到某件东西的时候，霸王硬上弓是不行的。有时越想正面，就越要走反面；有的时候，当你越不在乎别人的时候，别人反而会高看你。

爱他用恨他的方式表达，恨他用爱他的方式表达。越是爱孩子，就越要对他狠，在苛刻条件之下，他自己就成长了。越是恨别人，就越要对他好，韬光养晦，静待时机成熟，那时主动权就掌握在你

的手里了。

文学和艺术也有很多正言若反的创作技巧。亚里士多德说：“喜剧作品总是模仿比我们今天的人坏的人，而悲剧作品总是模仿比我们今天的人好的人。”很多文学表现手法也是以乐景写哀情，所以在电影拍摄现场，很多导演就指导演员大悲要用大喜来表现出来。

鸟鸣山更幽，就是用鸟鸣来衬托安静，创造的意境、达到的效果就是山显得更加幽静了。

文学还讲究潜藏之美。文学用遮掩来突出，用省略来增添。恩格斯说：“作者见解愈隐秘，对艺术作品来说就愈好。”高尔基也有类似的理论：“为了使艺术作品有教育、说服的力量，必须尽可能使主人公多行动、少说话。”

这都是一些正言若反的技巧，这些技巧使得文学作品达成了不少的效果。

《道德经》第三十七章写道：“道常无为而无不为。”这就是老子著名的无为思想，其实也是正言若反。无为最终目的是有为，但却以无为的方式取得。这种思想的高明之处在于，主观上不以达到目的为目的，而客观上可以很好地达到目的，所以这是一个最高的境界。

咬人的狗不叫，叫的狗不咬人

我小的时候被狗咬过一回。那是一年春节去串亲戚，正好赶上亲戚家的狗下狗崽了，但我不知道。我像往常一样经过它的领地，它突然蹿过来就咬了我一口。我没有任何的防范和准备，平时闯入它的地盘它都会叫几声，这次不发通知就给我来真的了，因为它以为我要去侵犯它的孩子。

在生活中，我们应该常见这种现象：拼命在叫唤的狗只是在吓唬你，不会真正咬你；而冷不丁咬你一口的，就是不声不响事先不惊动你的。

我在南方的老家流传一句谚语：“雷公先唱歌，有雨也不多。”雷声

隆隆的时候，看那气势汹汹的阵仗好像会有大动作，结果有可能一滴雨也没有，即使下也下得不多。

所以，有时候不能只看表面现象。表面上声势浩大的，有可能就是虚张声势，其实质也许很虚弱。表面不动声色的，心里却可能在酝酿计划，突然间也许就会发力。这就像不咬人的狗是用不停的叫声来掩饰它的慌张，而咬人的狗则是把别的狗叫的时间用来思考怎么咬你了。我们判断问题就得像赵本山小品里说的台词一样，“别看广告，看疗效”。

我有两个朋友，两人的经济条件有点差距，在同一时期各买了一辆车。钱少的朋友买了一辆大品牌的低配车，几乎什么选配都没有。钱多的朋友买了一个小品牌的高配车，几乎所有选配都齐全。两人差不多花了一样多的钱，从表面看两个人的实力和实际情况正相反，买大品牌的被不熟悉的人认为有钱，买小品牌的被不熟悉的人认为没实力。这就印证了老北京的一句话：“穷修门面富修灶。”穷的时候喜欢装饰门面，真正富有的时候就讲实际、看品质、重实用了。

这就是一个表面与实质的问题，也是一个面子与里子的问题。事情都会有正面和反面、表面和里面。我们常常是生活在实质之下的表

面现象中，但表面和实质有时是不一致的，甚至还有可能相互背离。

我们在生活中会见到很多愤青，我们常常抱怨他们有太多的抱怨，但实际上这也许正是他们的可爱和可贵之处，因为表面上愤世嫉俗的、批评社会的人，可能心理并没有那么阴暗。正是因为良知的基准高于社会的平均水平，所以他们才会在口头上表现出来，用语言进行抨击。而从不声张的人，反而是默认了社会存在的问题并习以为常，而他们的行为准则也可能就是以此为基准来制定的，表现得就会更圆滑一些。

所以，我们不能只看到表面的现象，而不去看背后隐藏的东西。把问题看得深一点、透一点才能看到真相，甚至我们判断问题也可以运用一点辩证法的知识进行逻辑推理。比如，有“里子”的人可能不过分讲究“面子”，而爱“面子”的人可能就没有“里子”。掌握这样的规律，也许会让我们看问题更透彻、人生活得更明白。

表现与背景，
表现与条件

一个年轻人在地铁座位上打瞌睡，由于没给一个老人让座，差点被众人的口水淹没，被周围的眼光杀死。可是，如果我们把他的背景情况展示给大家看，大家可能就改变看法了。小伙子在医院陪了一晚病床，一宿没睡，还要坐两小时地铁去上班。而眼前的老人，虽然年纪大，却精神抖擞，提把剑去晨练。如果知道这个背景后，恐怕小伙子会得到更多的同情和理解。

所以，表现必须放到背景下面才能去评价，才能得出正确结论。

沙漠里的印度教徒一本正经宣誓自己不吃鱼，我们会认为他很虔诚。但是，那里根本没有鱼，所以他没吃鱼的表现无法证明他的虔诚。

任何时候，我们都需要在背景之下看问题。这就像上语文课学习名人文章的时候，为了准确理解文章的含义，我们需要去了解作者和他所处的时代背景。

有时候，表现也要结合条件去评价，才能得出正确结论。

我上大学的时候，有个同学一天到晚总是上自习，大家都认为他是个学霸，对学习有着天然的兴趣。但我觉得，他的这个行为也可能是被迫的，学霸身份有可能也是被绑架的，因为家里穷没有别的选择。果然，当毕业之后财务自由了，他就变得一点也不爱学习了。所以，表现都是在一定的条件之下，满足条件才能看到真正的表现。

同是慈善捐款，身家一个亿的捐一万和身家两千的捐一千，你说谁大方、谁小气呢？

希腊作家米高德说：“坎坷的道路才可以看出毛驴的耐力，患难的生活才可以看出友谊的真诚。”中国也有很多俗语，如“疾风知劲草”“严霜识贞木”“板荡识诚臣”等，也是说明类似的道理。所以，表现背后的背景和条件，是我们正确判断表现的关键。

中国有很多看似自相矛盾的名言，人们在论证问题的时候常常拿来引用。比如，“忠臣不事二主”“好女不嫁二夫”是一个意思，“良

禽择木而栖”“贤臣择主而事”也是一个意思。每句话好像都挺对，也经得起推敲，但它们的意思却是相反的。引用不同的话，会是两种完全不同的规劝，听众往往在这样的文字之下困惑了。为什么话可以来回说？

其实原因很简单，就是因为我们没去考虑它的背景条件，放在不同的背景下去分析就不矛盾了。如果是好主，忠臣就应该不事二主；如果是好夫，好女就应该不嫁二夫了。但如果不是好木，良禽就应择木而栖；如果不是好主，贤臣就应择主而事。结合背景条件后，这些话就一点也不矛盾了。

当然，结合背景条件，如果我们想严谨而完整地表达这层意思，就应该是“士为知己者死，女为悦己者容”。

所以，很多事情不能孤立地、断章取义地理解，任何表现也不要忽略背景与条件，不然我们将得不到正确和客观的结论。

个人与环境

“孟母三迁”的故事大家一定知道。家在墓地旁边的时候，孟子和邻居小孩一起学大人跪拜、哭嚎的样子，玩的是办理丧事的游戏。孟子的母亲就带着孩子赶紧搬家。家搬到了集市旁边，孟子又和邻居小孩学起商人做生意的样子，一会儿鞠躬欢迎客人，一会儿和客人讨价还价。于是，孟子的母亲又搬家了。这一次，他们搬到了学校附近。从此，孟子就开始变得懂礼貌、守规矩，喜欢读书了。

无独有偶。唐代诗人王翰写过“醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回”的名句。当时有一个叫杜华的文人，他的母亲听说儿子与王翰为邻，高兴坏了，因为一点都不用担心儿子学坏了。

环境会影响和改变个人的行为，会让个人同化在其中。它就像地球引力一样，将个人紧紧吸附在它的磁场之内。有一个例子说的是在大城市开车，一般司机都害怕和两类车相遇，一是出租车，二是公交车。这两类车的司机开车作风一个比一个强硬，出租车为了多出活提高效率，习惯愣插硬塞、毫不相让，公交车仗着庞然大物和为祖国开车的自豪身份，有时候横冲直撞、野蛮并线。由于群体环境的影响，这两类司机大部分都形成了开车不温柔的作风。但在加入这个群体之前，他们都是邻家男孩的作风，和你我一样，所以明显是受到了环境的影响。当然，这些年这种现象少了很多。

所以，有时候人的行为不一定是个人问题，而可能是环境问题。我们不能孤立地抛开环境去评判一个人的行为，身在社会当中，想淡定、想自由而不考虑环境的影响是不太可能的。清朝官场有句话："北京是个大染缸，不管你以前是什么颜色，只要掉进来，都是黑的。"这说明当时社会环境的力量。

农民的淳朴也不一定是由其本性决定的，而有可能是由商业气息不浓、竞争不激烈的绿色生态环境决定的。几年前我去内蒙古的一个县城，接待我的小伙子给我讲了一个事情：当地的一个村有点旅游资

源，全村人都做着强买强卖、高价宰客的买卖。最戏剧性的是，他的一个高中同学就是这个村的，以前上学的时候经常谴责父母的这种行为，可毕业之后自己也干上了这个，自己就再也不说什么了。因为这个来钱快，他很享受请朋友同学吃饭买单的潇洒。所以，生态环境被污染破坏，本来淳朴的人也会表现恶劣，而这位同学最终也没能挣脱环境，被环境给同化了。

这些都足见环境对个人成长的重要性。人如果有条件选择环境，最好能择邻而居，因为近朱者赤，近墨者黑。人如果能和正能量的人混在一起，尽量融入群体，因为物以类聚，人以群分。管理者和监护人也应该尽力创造好的成长环境、学习环境、工作环境和生活环境。

环境确实对我们影响很大。在人的一生当中，谁又能幸免碰到不好的环境呢？如果碰到不好的环境，我们一方面要努力摆脱，一方面要尽量不随波逐流，洁身自好，努力不迷失自己的方向。

素质与资源

近些年很多赴国外的旅游团纷纷被指责素质低，我们有时也许只能低下头来客观地承认，因为我们听到的和看到的也是这样。

难道中国人天生就这样吗？这是民族和人种的问题吗？

当然不是。实际上，素质虽然不是完全由资源决定，但与资源是大有关系的。

有一个做物业管理的朋友，某天和我辩论起素质的问题。他有一个德国亲戚，他说日耳曼民族的素质就是高。我不反对他说的表面现象，但不认可他分析的背后原因。他说这是日耳曼民族和中华民族天生的不同，我不这样认为。

我给他举了一个例子：在你的辖区里，车位非常紧张，你的德国亲戚来这里办事，停车找不到车位，转了几十圈也没找到。他好不容易找到一个车位，却有别的车也想停进来。他素质高让人家了，然后继续找，又找了几十圈还没找着，以至于事没办成就灰溜溜地回去了。第二天又是这种情况，第三天还是这个情况，他就会郁闷崩溃了。请问，长此以往，他还会坚持让车位吗？他还能表现出这么高的素质吗？

我经常从北京坐高铁到外地，检票之后从扶梯下到站台，一堆人挤一个扶梯。如果你不挤一挤、抢一抢跨上去，五分钟可能都上不去，因为很少有人让你。但是，如果扶梯充足，谁不愿意表现一下风度呢？

在台湾，有一个故事说的也是这方面的内容。台湾有一所比较偏僻的大学，去往中心市区的公交班次很少，所以大家常常争着抢着上车。有一天，这个学校的学生突然在媒体上看到，有西方人因为看到挤公交的场面而批评台湾人的素质。这个消息深深刺痛了这些年轻的学生，于是他们决定用行动来改变老外的这种看法。后来再等公交车的时候，他们总是让别人先上，自己挤不上就等下一趟。但是，班车的频次实在是太少了，学生们因为等车的时间太长，或者因为再也等

不到车，只能步行回去。时间一长，他们实在是坚持不住了，于是又回到了从前的状态。直到后来班车增加了班次，这个问题才得到彻底解决。

所以，素质是和资源有关系的，僧多粥少的时候，稀缺的资源就成了争夺的对象。中国人口众多，人均资源相对较少，所以导致大家经常走在拥挤的通道上，就可能影响个人素质的提高。

春秋时期齐国名相管仲就提出了“仓廪实而知礼节，衣食足而知荣辱”的观点，其意思就是素质是和资源有关的。所以，为了提高人的素质，他想了很多解决资源不足的办法。

虽然素质和资源很有关系，但也并非完全由它决定。资源很好，人却没有素质，资源不好，人的素质却很高，这些情况也很常见。儒家提倡的人生理想有修身、齐家、治国、平天下。对自我修身来说，我们不要过于强调资源，而要以追求自身素质为主要目标，因为这样会让你更加受到欢迎和爱戴。对于齐家、治国、平天下来说，我们不要过于强调素质，而要以让国富民强的资源为追求目标，因为资源是提高国民素质的必要条件。

物质与精神

互联网流传这样一段话：“所有的幸福都是因为有钱，所有的愤怒都因为没钱，所有的励志都是关于如何挣钱。”这段话表达的意思好像人生一切都是由物质决定的。

为什么人们那么追求成功？因为成功不仅让你享受到物质，还可以让你有尊严。有个朋友说过一个自嘲的笑话：一次在饭桌上谈话，一位教授把他打击得够呛，他马上就要无地自容了，但突然想到银行的存款数字，又缓过来了。金钱，这个价值的判官重新让他拾起了自信。

的确，我们所处的时代是一个物质至上的年代，是一个艺术家有

时候也要屈从于商人的时代。社会流行以财富论英雄，物质文明和精神文明不自觉形成了落差。不管我们是否愿意，这都不是我们能选择的，也不是我们能左右的，唯有适应。

从客观上讲，没有物质的人生也是窘迫的，是尴尬的。科学家、思想家、艺术家也不能靠空气生活，物质至少能解决基本生存的很多问题。你想听一场音乐演奏、看一场舞蹈表演，来点精神享受，也需要先买一张门票。

人穷志短，马瘦毛长。没有物质支撑，自信很难体现出来。信心不能光凭想法和一腔热血来支撑，还得用实力来体现。谁能在自己极其贫穷落魄的情况下内心还无比强大呢？在世俗面前，让人认可你的能力和成绩，有时也需要物质条件。

经济基础决定上层建筑，物质文明保障精神文明，诗意的生活还是要由现实的生活来决定的。

所以，我们不要不屑于物质文明建设，因为这是我们的安身立命之本。

我们也不要忽略精神文明建设，人生超然物外不太可能，但深陷其中无法自拔也不可以。人生有了物质并非就有了一切，物质解决不

了人生的苦难等很多问题。物质也不一定能永远伴随着你。如果不能把物质当成身外之物，和它形影不离，你就被控制、被绑架了，得与失就能在你心里翻起大波浪，你的心态就失去平衡了。这个时候，你不可能活得幸福，必须用精神文明建设来解决你的心态问题。

“宁愿坐在自行车后面笑，也不愿意坐在宝马车里哭”，“宁可穿上破衣，也不可蒙上耻辱”，就是一种更看重精神的价值取向。

物质大于精神，还是精神大于物质呢？这个问题也是相对的，马斯洛的需求层次理论就可以很好地解释这个问题。底层的需求更需要物质，越高的层次越需要精神。有一个曾经下乡的知青学者感言：“在物质极度匮乏的困难时期，生活会更物质化。就像曾经的知青生活，因为大家都要确保明天的早餐在哪里，所以能够给对方提供下一顿饭的人，有的就直接成了男女朋友或者一家人。”而到了饿不死、冻不坏的物质条件更好的年代，人生的幸福就慢慢更多来自精神而非物质了。

物质和精神与人的关系是：物质可能让人活得痛苦少一点，精神能让人活得快乐多一点。我们如果想让人生快乐多一点、痛苦少一点，就应该把物质文明和精神文明两手一起抓。

工作与生活

有一天，我偶尔看到一个朋友的QQ签名上这样写道：“工作不是生活的全集。”我瞬间就懂了他的意思，但觉得这句话表达得不严谨。我马上致电给他，说这句话的意义很好，但是逻辑有点不对。因为生命=工作+生活，他把对等关系弄成了包含关系，应该改成工作不是生命的全集。他欣然接受，我也有了写作的灵感和冲动。

生命是由工作和生活组成的，工作不是生命的全部，生命还包括生活。

中国有很多人的生命就是工作的全集。每天身在钢筋水泥城市，五加二、白加黑无休无止地工作，事情一环扣一环地无缝连接，连健

康都被挤压得没有了位置，终于熬出了很多病，最后落到在病床上感叹，这样的生命已经没有意义。

但是，生命光是享受生活也是不可能的。物质决定精神，经济基础决定上层建筑，大多数人要靠辛勤工作才能获得物质的支撑。人生应该做到工作和生活两不误，在工作和生活间取得平衡。

那么，我们究竟应该如何工作，又如何生活呢?

我曾经写过这样一段话：开始的时候，我们不懂如何生活，便用工作的方法去生活，结果就把完美的理念带进来了。后来，我们发现错了，做事可以求完美，但做人和生活千万不能求完美。对待工作和生活应该有不一样的态度和方法。

小时候，父母就经常教导我们：工作要朝上看，生活要朝下看；工作要高标准要求自己，生活要低标准要求自己。长大之后，我们有了自己的一些体会，也对工作和生活有了自己的见解和看法。

人生的目标就是工作上要追求成功，生活上要追求幸福。所以，工作要进，生活要退；工作上要尽人事，生活上要听天命；工作要讲究内在超越，生活要讲究外在超越。

工作就要不知足，因为不知足才能进步；生活就要知足，因为知

足才能常乐。

工作要尽可能认真，生活却不能太认真。在工作上认真你就赢了；在生活中认真你就输了，而天真一些才能赢。工作上差一点也不行，生活上差不多就行。工作需要放大问题，不放过问题；生活要缩小问题，甚至忘记问题。工作要老鼠打洞，锲而不舍；生活则要蜻蜓点水，走马观花。

工作和生活，好比矛和盾，工作是矛，生活是盾。人生的目标就是要打造最锋利的矛，打造最结实的盾，但自己的矛不要伤害自己的盾。这个意思就是，在工作上追求成功，但不要把自己生活的幸福毁了；在生活上享受幸福，但不要把工作上的成功给耽误了。比如，一味工作导致身体健康出问题，就把幸福毁了；一味追求幸福，贪图享受，就把事业耽误了。所以，我们的生命就是要在工作和生活中取得平衡，不自相矛盾。

努力工作，快乐生活，这就是将成功与幸福相结合。人生能达到这个状态，就不枉此生。

无法完美，
无须完美

紧紧地

紧紧地

我想

抓住眼前瞬息而过的

所有

却发现

这本是徒劳

与我擦肩而过的

本应是
我所曾经拥有的
却在不经意中
成为我生命中
短促的战栗

记不清这首诗是谁的作品，但感觉这就是非常适合劝诫人生不要追求完美的一首诗。它告诉我们，如果想得到眼前瞬息而过的一切，也许就什么都得不到了。

想路路都通，反而可能路路不通；想面面俱到，反而可能面面不到。眉毛、胡子一把抓，鱼和熊掌想要兼得，都是完美主义的表现。人生不能把什么都抱在怀里，应该学会有所追求、有所舍弃，学会接受残缺。

陆游在他的《登乐游原》中写道："向晚意不适，驱车登古原，夕阳无限好，只是近黄昏。"朱自清给他改动了一下："但得夕阳无限好，何须惆怅近黄昏。"

陆游在这首诗里面体现出来的就是完美主义。朱自清告诉他，不要那么完美，有夕阳好就行了，不用感叹时间太短。

完美主义就是对人和事百分之百地要求，不允许犯一点错误的态度。在现实生活中，有的人在追求完美中几乎耗尽了生命。很多明星大腕努力向外界展现他们的完美形象，这种巨大的压力有可能压得他们喘不过气来。所以，演艺圈有很多人最终抑郁崩溃，就是因为这种追求完美的压力。

人生是不可能完美的。整个人生就是一门遗憾的艺术，正如马云感叹：年轻时有身体、没脑子，但等到有脑子的时候又没有了身体；做事情也是不可能完美的，打完仗去复盘分析的时候，你发现总有漏洞，总有缺陷。

所以，人生不要去追求完美，不要试图让所有人都对你满意，也不要去迎合所有人，否则你将永远得不到快乐。把每个人的感受都顾到了，你都没法张口说话了。无法完美，也无须完美，谁说人生一定要得100分？

当你不把生活理解成完美的时候，你就能接受生活中存在的缺陷；当你能接受生活中的缺陷的时候，你就能做到不被生活卡住，就能顺畅地前行。

当人生处于十字路口，需要做道路选择或者艰难决断的时候，完

美主义注定会让你纠结不已，左右为难。方法只有一个：赶紧摒弃完美主义，两利相权取其重，两害相权取其轻，果断地进行选择。当你不患得患失的时候，决策也就相对好做了。

但是，不追求完美并不代表要放弃追求完美的努力。中国共产党早期领导人张闻天说过："生活的理想就是过理想的生活。"人一直都要为尽可能完美的生活而努力。

客观世界无法完美，主观世界也就无须完美。如果对任何一件事都追求完美，生命就显得力不从心了。不追求完美的态度反而可能成就完美的人生。

完美与速度

经历过高考的朋友都知道，语文考试的作文，不能求完美，必须讲速度。虽然大家都知道，两小时全用来写作文肯定会写得更好，但两小时之内你还要完成作文之外的其他试题，所以完成是最重要的。

完美和速度，就是做事的两个指标。它们的关系有点像电脑硬盘的容量和转速：有时候容量是最重要的，因为存储的东西越多越好；有时候转速是最重要的，因为当要求速度的时候，硬盘的读写速度如果慢，就会大大影响效率。它们的关系也有点像人的大脑的两个指标：知识储备和反应速度。知识储备显而易见很重要，但大脑的快速反应能力无疑也很重要。

所以，人生一定要在完美和速度中取得平衡，没时间要求时追求完美，有时间要求时讲究速度。

《国际歌》歌词里面写道："快把炉火烧得通红，趁热打铁才能成功。"在当今快节奏的社会里，也流行着这样一些话："天下武功唯快不破。""速度赢天下。""这是一个快的打败慢的世界。"它们都是在描述速度的重要性。

所以，有时候考虑速度就要优先考虑完美。就像打仗一样，如果没有速度，敌人都跑光了，最完美的围歼计划也就泡汤了。有的事情本来不是没有胜利的可能，但因为没有讲究速度，在理想中死亡了，在完美中失败了。

完美和速度是难能两全的。完美主义者往往会对事情要求过于严格、过于完美，在制定方案的时候总是前思后想，所以速度总是起不来。如果觉得事情开局不好或者过程不好，完美主义者对结果就不看好了，甚至还有不想往下进行，要从头再来的意思。这种方式并不可取，人生将体现不出效率。如果不那么追求完美，已经开局或者在过程之中发生的事情，即使错了，亡羊补牢也犹未晚也。这样就能保证自己永远在路上，只要不断修正自己的脚步就可以，人生也就充满效率。

完美主义者看问题太深入、想法太细致，所以决断时经常投鼠忌器，优柔寡断，容易贻误战机。同时，拖延的习惯也造成实时和现场解决问题的能力变差。同一件事情，速度快、执行力强的人往往会尊重事实，快速解决，而完美主义者则渴望用反复打磨后的艺术品来呈现。所以，注重完美、缺乏速度的人，也许适合运筹帷幄之中，决胜千里之外，但绝不可能在现场指挥时游刃有余。因为军营中可以深思熟虑，战场上却必须果断决策。

人生好比战场，战略的考虑更需要完美，战术的运用更看重速度。人生也好比赏花，有时需要仔细观赏、持续关注，有时也需要走马观花、快速离开。人生需要在完美和速度中取得平衡。

压力与压强

“土木堡之战”是明朝著名的一场战役。明朝第六任皇帝朱祁镇御驾亲征，在张家口的怀来地区看到将士尸横遍野时吓破了胆，不敢再战。而他的祖先永乐大帝朱棣，却曾经在类似的场景下反而被激发起仇恨、燃烧起斗志，最后背水一战，使战争形势逆转。两人面对的压力一样，但个人承受能力不一样，导致两个不同的结局。

所以，有时候决定你能不能承受的并不是外部实际的压力，而是内心感受到的压力，一个是外压，一个是内压。外压除以你的承受面积就是内压，实际上外压就是压力，内压就是压强。朱棣承受能力强，所以这件事对他来说内压小、压强小，而朱祁镇不能够抗压，因而这

件事对他来说内压大、压强大。

在体育比赛中也常有这样的例子。有的篮球运动员平时训练时，自由投篮命中率百分之八九十，但在比赛对抗中命中率就很低。除了动作被干扰破坏之外，比赛压力也是个因素。足球比赛的点球判罚，考验的反而不是守门员，因为球进了正常，球被扑出来被点赞的是守门员。所以，射门的球员压力很大，在重大比赛中也往往失手，因为这个时候没有了平时训练的轻松。因此，球赛除了检验球员的技术，也在检验球员的心理素质，实际上就是在测试球员内心的承受面积。所以，一个好的教练就需要在对抗中训练球员的状态，评估选拔队员也需要在对抗的压力中去看他的状态，不同的压强数值就是不同的状态。

同样，如果你觉得活得痛苦，有可能并不是因为苦难大，而是因为你的承受力小。有些人活得幸福，有可能并不是因为他们的苦难小，而是他们的承受力大。

外压有时候是不可避免的，也是改变不了的。所以，人最重要的是要学会抗压，增大自己的承受面积，增加自己的承受力。虽然这种提升不是一个能简单概括的问题，但努力加强自己的实力、调整自己的心态，是两个基本的方法。

人无压力轻飘飘，井无压力不喷油。人的行为都是需要有驱动力的，除非有人在追，不然谁也不会撒开腿就跑。如果环境允许粗犷随意，谁也不想去细致严谨，因为人人都有惰性，都有依赖性。不到万不得已，人都会安于现状，不思进取。社会和文明也是这样，风平浪静是推动不了的，矛盾和冲突才是它的推动力。所以，唯有压力，才是前进的动力。人不可缺少压力，所以要不时地给自己制造压力。

但是，人生一定要考虑自己或者别人的压强。如果承受面积很小，如果抗压能力不足，压强过大可能让人的腰被压弯，再也直不起来，或者从此形成心理阴影。所以，有时候需要给自己压力，但是压力也不能太大，必须适可而止。心比天高、命比纸薄的人就是自己给自己的压力太大了。在生命中，你只能承受对你来说适当的压力，只能做自己力所能及的事情。

压力除以承受面积等于压强。人生不应只关注压力，更应该重视压强这个指标，这样才能因人而异地做出正确判断。

内在超越与外在超越

中国文化强调内在超越，西方文化强调外在超越。简单通俗地理解：依靠自己的力量去超越的叫内在超越，借助外在的力量去超越的叫外在超越。

中国文化的内在超越来源于风平浪静、和风细雨的农耕文明；西方文化的外在超越来源于惊涛骇浪、地震海啸的海洋文明。在两种不同的环境下，一个觉得自己能搞定，一个觉得自己搞不定，所以形成了不同的超越。

中国以儒家思想为主导的文化是一种圣人文化。圣人文化研究的是如何提高人生的境界，所以提倡依靠自己的力量去超越。西方文化

是一种平民文化，更多关注的是生存。平民认识有限，不懂得太多道理，理不清复杂关系，所以就要借助外在超越。

内在超越的文化在中国造就了很多圣人，外在超越的文化一般都形成了宗教信仰。在中国，倡导内在超越的孔子的儒家思想没有形成宗教；老子的道家思想有提倡外在超越的意思，道家就形成了道教。

儒家文化认为人最大的对手是自己，所以一定要自我超越。提倡“人穷志不短”“穷且益坚，不坠青云之志”的志向和信念，不管什么外部条件都不能改变。因此，儒家倡导要建立真正的信心，真正的信心就是要建立自己强大的内心。如果你的信心是建立在外在条件的基础之上，那么一旦随着外在条件的失去，它们就会化为乌有，荡然无存。所以，内心超越更多提倡的是人的主观能动性。

西方的海洋文明，认为人最大的对手是自然界。人有时候在自然界面前无能为力，所以要尊重客观规律。如果一个人没有内在力量，全部要依靠外在条件就麻烦了，但永远只靠内心调节去坚持恐怕也挺不了太久。比如，在现代商品社会，如果你始终穷困潦倒，很可能就会出现人穷志短、马瘦毛长的尴尬。对大部分人来说，人的信心是在肯定中建立的，而不是单靠立志就能搞定的。很少有人在别人从来没

有认可的时候还满怀信心。得到鼓励对于建立信心很有好处，而长期遭受打击有可能摧毁信心。所以，只有和外在利好条件相配合，人才能实现超越。

所以，人生最理想的方法是内在超越和外在超越相结合。如果实力还不够强大，内心还不够强大，我可以先接受物质大于精神的理念，努力满足世俗的价值评判，让自己得到肯定，自信起来。在成功的鼓舞之下，我的内心将更加强大，就更容易实现内在超越了。

外在超越，向外求解决，需要建立自己的比较优势。有比较优势，能坦然处之，是你的实力战胜了别人。

内在超越，向内求解决，源于自己强大的内心。无比较优势，能坦然处之，是你的内心战胜了自己。

内在超越的文化对事业成功很有好处，外在超越的文化对生活幸福很有好处，一个强调发挥人的主观能动性，一个强调尊重客观规律。所以，工作上如果强调内在超越、生活上强调外在超越，这个完美的结合就能创造既成功又幸福的人生。

纵马驰骋也需
适时叫停

有段时间，我感觉自己连早上抹点油的时间都没有，生活一点都不从容。急行军一般前进的生命，已经严重影响到生活质量了。

所以，当我的同行们继续一路高歌猛进的时候，我选择了沉淀和反思。

我真的停了下来，那段时间电话全是广告。

没有想到，这次停顿，竟成为我人生的一个转折，促成了我生命的第二次起飞。从此，我有一种找到自我、获得新生的感觉，对自己也有了无比清晰的定位。

今天的着陆是为了明天更好地腾飞。

有时候，人生始终不跨上战马，或者跨不上战马的状态是可怕的，而纵马驰骋停不下来的状态也是可怕的。有些事情要勇于开始，没有开始就不可能有结果。有些事情也要敢于结束，没有结束就没有新的开始。人生如同驾车，有起步和停车，起步和停车布满了整个人生过程，我们要开创起停自如的人生。

由于工作原因，我接触过很多汽车维修企业。有的企业产值不高，利润不大，规模却相对不小，投资相对也不少；员工没有责任心，彼此还钩心斗角；老板“五加二”“白加黑”地工作，连看病的时间都得算计。就这样一年到头，大家都在欢天喜地准备春节的时候，老板还在求爷爷告奶奶地讨要欠款。而银行的贷款、亲戚朋友的借款，甚至民间的高利贷又逼着他四处拆东墙补西墙。这样的日子是什么日子？关键是真正核算下来，企业竟然是没有利润的。

所以，要好好算算账。如果这种既没利润，活得又累的状态不能有效解决，还是王小二过年一年不如一年，这样的状态就应该叫停。最保守的方案是将资金撤走，存款在银行里起码能有点幸福指数。为什么要日复一日、年复一年地被事情缠绕，沿着惯性、扛着压力走呢？

人生奋斗的历程应该包括三步：跨上战马，策马奔腾，停顿下来

再出发。

人生有时候最重要的是跨上战马，有时候最重要的是策马奔腾，而有时候最重要的就是停顿下来，思考一下。停顿是为了积蓄力量，思考是想想如何再出发。做生意也要学会壮士断腕，与其到时候来收拾残局，还不如理性克制，将事情迅速叫停，使局面不至于恶化。人生也一样，在适当的时候应该让自己停下来、慢下来。

人生最值得佩服和尊敬的并不是策马奔腾，而是悬崖勒马。止语和止步都是一种人生境界，都需要超人的智慧和巨大的勇气。知止而后定，退后一步，也许能跳得更远。

在现代社会，“停下来”“慢下来”都是“奢侈”的词。人们总是习惯于不会停顿的惯性生活，被时光拽着走，被日子推着过，但假以时日一定是会后悔的。我们不能被嘈杂喧嚣的环境带走自己的思维；我们要安排自己的生命，而不能被生命安排。需要的时候，我们勇敢停下来；需要的时候，我们勇敢慢下来。盲目坚持也许会将我们套牢在毫无意义的人生路上。

所以，人生需要纵马驰骋，也需要适时叫停。

正面进攻和侧面突围

很多人都在分析马云和阿里巴巴的成功，然而各执一词，有不同的见解。我认为他的成功，不是正面进攻的成功，是侧面突围的成功。

客户交费进入我的平台，数量越多我就利润越大，所以我很在乎每个客户交纳的平台费或者会员费，账就是这么算的，这就是正面进攻。但是，马云没有收费，看中的就是通过免费、没有门槛吸引客户，增加用户数量。恰好此时，大数据流量时代拍马赶到，马云成功了，所以这是一场侧面突围的胜利。

周鸿祎的奇虎360几乎也是以这种模式成功的。将收费的杀毒软件变成了免费产品，放弃直接收费的盈利换来了用户的海量增加，同

样也迎合了大数据时代。

著名的乔布斯也是侧面突围的高手。

所以，有的时候正面进攻不如侧面突围。《战争论》是世界三大兵书之一，提出了一个著名的侧翼战理论。这个理论被广泛运用于商战的各个领域，开展的就是非常规战术的战争。

我们在弘扬正能量的培训课堂上经常会提一个问题："游泳的朋友，一个猛子扎进水里，想浮出水面的时候，突然有人用手压住你的头不想让你起来，你该怎么办？"

台下开始一片沉思，接着是一串答案。

最后归纳总结的正确答案是：如果你想拼命反抗他的压制，抬起头来，你可能永远也抬不起头来。因为在水下想要反抗这种力量几乎不可能。但是，如果我们把头和身子先下沉，再往前一游，就逃脱了。

所以，拼命想抬起头来是正面进攻，达不到我们的目的；反其道而行之，下沉而前行，就解决问题了。这就是侧面突围的胜利。

在生活中，我们也有这样的例子。走在登山的路上时，一堆荆棘挡在眼前，怎么办？有的人就"吊死在这棵树上"了，非要硬闯过去，结果遍体鳞伤。如果放弃正面进攻，考虑侧面突围，环顾四周，或许

可以找一条弯曲小道，虽然远一点，但能够安全到达目的地。所以，遇到矛盾绕开走也是一种方法。

毛泽东把侧面突围的理论就运用得很好，他最典型的用法是游击战。游击战术的十六字方针，渗透了侧翼战理论的智慧，也取得了很好的效果。所以，没有力量正面迎敌的时候，就侧面进攻。

西医是头痛医头、脚痛医脚，中医是从原理和根本上解决问题。西医开展的就是正面进攻。而中医有时实施的就是侧面突围，在整体和全面的理论指导下找到病灶，有可能头痛治脚，因为病灶可能在脚上。

在人的心态调整和人际交往中，有时候忘记大于战胜、理解大于忍耐和宽容，而宽容大于说服，这些都是侧面突围好过正面进攻的人生技巧。

所以，人生要重视侧翼战，甚至是反面战。为赚钱而赚钱是正面进攻，长本领让自己值钱就是侧面突围。人要寻找自己的特色，寻找自己的突破口，实现差异化的存在。如果觉得常规正面进攻这条路不好走，或者走不出来，人生就要另辟蹊径，不妨试试侧面突围。

人生极其公平

这个世界很多人都在抱怨上帝不公。然而，从深层次来讲，上帝之手，其实是一双公平之手。

上帝在给一些漂亮女人姣好面孔和曼妙身材的时候，也让她们有了一些潜在的危险。因为这些人成了被人关注、被人争抢的对象，有些竟然不知所终，这就是所谓红颜薄命。比如邓丽君、梦露等人，现在死因都是一个谜。而一些平常女子，因为无人过度关注，反倒安安稳稳度过了自己的一生。

所以，李商隐在他的《马嵬·其二》诗中感叹道："如何四纪为天子，不及卢家有莫愁。"意思是，唐玄宗做了四十多年的皇帝，都没有

办法保护自己心爱的女人。曾经集万千宠爱于一身的杨贵妃，这个时候的命运还不如卢家莫愁这样的平常女子。

同样，大家都在羡慕皇亲国戚，南北朝时期的皇子刘子鸾，却因为被视为潜在威胁，在即将被杀戮清除时感叹生不愿在帝王家。

慈禧太后生前极尽奢华，死后墓葬也布置得富丽堂皇，全身挂满金银珠宝；谁知身后被盗墓，最后竟衣不蔽体，不能遮羞。这还不如寻常人家，因为谁会去盗穷人的墓呢？所以，厚葬就一定会落个被盗墓的命运，裸葬反而赢得清净。

曹操死后搞了七十二个“疑冢”，就是怕别人掘墓鞭尸。所以，貌似的风光，背后又有可能是什么？如果是这样，你是不是觉得上帝也没那么不公平。

培根说：“一切幸运都并非没有烦恼，而一切厄运也并非没有希望。”因为上帝其实是公平的。

上帝是个哲学家。上帝给了富人很多的鱼，但给穷人的是钓鱼竿。上帝给富人的礼物是让他们暂时衣食无忧，但有可能会使其安于现状，不思进取。上帝给穷人的礼物，就是给他们一个穷则思变的过程，让其成长，而钓鱼竿用好了会比现成财富的鱼更有价值。

当你在公众舞台上能大胆自如地表现自己，可能就不愿意在孤独的背后洒太多的汗水来证明自己的价值。成绩一定是持续的辛苦努力、沉淀积累后产生的，所以上帝给了你一个表面的优势，有可能反过来阻止你厚积薄发、大放光彩。这也是上帝一个不失公平的安排。

上帝的公平之手还在于如何去平衡你自己。上帝见你心生骄傲，就会让你犯错来打击压制你，为的是使你重新老老实实不嘚瑟。上帝让你平时少说点话，就用言多必失来惩罚你。上帝见你对生命过于眷恋，舍不得离开，便将人生苦难施加给你，最后在衰老和病痛中体会到解脱的快乐，生命态度变得坦然。

所以，别叹命运不济，别怨社会不公。上帝是个哲学家，上帝之手是公平的，他给你关上一道门，就会帮你推开一扇窗，“予之齿者去其角，傅其翼者两其足”。每个人都是有缺陷的，每个人也一定是有优势的。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志”，“上帝欲使其灭亡，必先使其疯狂”。要享受不一样的繁华，就得忍受非一般的孤独。

人生极其公平。

人生相对论

女儿七岁时，在一次学校的重要活动前发烧了。我在早上带着她急匆匆赶往医院，在路上就特别羡慕三三两两说说笑笑上学的孩子。到了医院，我才发现，有要动手术的学生家长用羡慕的眼光看着我们家的孩子，因为感冒发烧对他们来说就是毛毛细雨。同样，重症室的病人羡慕只做普通手术的。我们可以想象，太平间的亲人家属羡慕所有病人，因为他们的亲人还有机会和希望。人总是活在这样一个相对状态中。

任何事情都是相对的。有人开玩笑地讲了一个蹲茅坑的故事。早上内急去上公共厕所，总共十个坑九个已经被占上了，正好剩一个坑等着你。当你蹲上去痛快淋漓地享受的时候，又来了一个猴急猴急的人，来

回转悠找不到位置。这个时候，你是幸福的，他是不幸的。所以，幸福也是相对的。

什么叫相对论，爱因斯坦举了一个例子：“你同最亲的人坐在火炉边，一个钟头过去了，你觉得好像只过了五分钟。而你一个人孤孤单单地坐在热气逼人的火炉边，只过了五分钟，你却感觉像坐了一个小时。”

饭在人饿的时候最香，水在人渴的时候最甜，枕头在人困的时候最柔软，这就是相对论。三九天让你穿裤衩，三伏天让你穿棉袄，不给饥饿的人吃饭，给吃撑的人还硬塞，让哲学家去给幼儿园的小朋友讲人生，这都是在整人，都是一种折磨。

在我的南方老家流传一句话：“过年肚细。”意思是，过年的时候肚子就变小了。即便小时候家里穷，过年好像也吃不下多少东西。实际上并不是人的肚子真的小了，而是相对于丰盛的物质来说，肚子显得小了。

所以，什么事情都不能绝对地看，而要看相对表现。有的人已经很努力了，你还责怪他不努力，这样就不客观。每天坚持六点起床，对于一个有早起习惯的人来说不叫事，但对于夜猫子来说就是一种难度和挑战。如果他做到了，就显得珍贵，值得肯定。事情总是难能而可贵。

黑夜里的一束光、寒冬中的一把火，给人送去的光明和带来的温

暖就是最珍贵的，但在大白天和阳光普照时就没有什么价值，所以雪中送炭比锦上添花更让人感动。人生要多做雪中送炭的事情。

没有工作日的辛苦体验，就没有休息日的享受感觉，所以混日子的员工是感觉不出来差别的。不被生活狠狠教训过，不知道平淡生活的美好滋味。为什么有的人吃饱就觉得幸福呢？因为他常常想起曾经吃不饱的时候。

世间的事从来就没有最好，只有更好，都是相互比较而言的。人生没有绝对值，只有相对论。甚至事情也不论好坏，只有是否符合自己的利益，就像人和鞋子之间的关系。所以，运用相对论把自己的位置放低，永保草根本性，降低对生活和人的期望值，就一定会得到幸福。

后 记

某天，我感悟到了一个很有价值的人生理论，心里一阵激动。我在内心对自己说：“快快快！赶紧跟大家说说，别让大家还蒙在鼓里。”

所以，这本书的创作纯属临时起意。但有了这个决定后，我是以高度的责任心来做这件事的。因为我深知写关于人生方面的内容，就如同给人指路，自己立论不对，或者方向偏颇，不管有意无意，都是一种罪过。因此，我在书中力求客观，为此殚精竭虑。有的女人不化妆不敢出门，我没有想明白不敢轻易开口，一遍又一遍地思考，终于弄清了作品的主线。所以，我自己认为这个作品是过脑子

了，是走心的。

这是一部对生命的思考、对人性的解读，有助人们活得更加明白的作品。我最终的目的是想让大家知道：每个人来到这个世界都是奇迹，所以应该倍加珍惜；每个人都是伟大的生命，所以不能自暴自弃；每个人的能量都超乎自己的想象，所以应该充满信心；每个人都有很多潜能等待挖掘，所以应该努力释放；每个人都会碰到悲伤、痛苦和无奈，所以应该客观豁达；而每个人只是和别人一样重要的生命，所以应该和别人相融共生。

几年来，我白天以工作来钻研自然科学，晚上以写作来探索社会科学，昼夜循环，周而复始。有一天，我恍然大悟，社会科学和自然科学原来是相交互通的。生活的道理就是技术的原理，都是一种规律。掌握了规律，事情才能办好，也一定能办好。书中的万物之道指的就是这种规律。

我之前总以为一百年的人生都很漫长，两千多年前遥远的知识是那么的不靠谱、不着调。但是，真正站在历史长河中，你才发现这个时间也就是白驹过隙一般。细读诸子百家的书籍，才发现古今在很多

方面并没有太大的距离，和古人隔空对话并没有障碍。因为古人也是在描述人类共同的规律，而智慧是完全可以借鉴和参考的。

因为我是在一线做企业的，遇到了很多需要解决的现实问题，所以非常重视行之有效的方法论和战斗力。书中的道理，起码要能解释我们身边发生的一些现象，起码要能解决我们身上发生的一些问题。所以，本书的构思特点是：内容来自生活，素材取自经验，最后去契合先贤大家总结的道理和规律，达到理论和实际的验证与融合。

现代社会节奏加快，人们渐渐浮躁而缺少耐性。所以，本书基本上在目录里面就直接点题，一个标题代表一个观点，每个标题依次串联就形成了本书的架构。同时，文章采用短小精悍的豆腐块结构，不给读者洋洋洒洒一大堆看不下去的感受。我认同北宋诗人梅尧臣“作诗无古今，欲造平淡难”的观点，追求白居易所追求的让老太太都能读懂的境界，在书中力图做到深入浅出，让不同年龄段和各个知识层次的人都能理解，从而获益。

我在写作的时候也力求道理一定要说服自己，文章要尽量感动自己。因为说服不了自己，如何能说服别人？感动了自己，才能感动别

人。我自己写爽了，读者看着才会爽。

“他的作品以这种简单的处理方式来阐述这么一个大的命题，真是不落俗套，有点创意。我们从书中学到了哲学道理，也感受到了文字的美丽。”如果读者最后能这样评判，那我就心满意足了。